

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma / ylempi AMK

Virpi Koskela

KOHTI AVOIMIA TYÖMARKKINOITA

Kokemuksia pitkäaikaistyöttömille suunnatun projektin ensimmäisestä vuodesta

Opinnäytetyö 2013

## TIIVISTELMÄ

### KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma / ylempi AMK

Lasten ja nuorten hyvinvoinnin turvaaminen

KOSKELA, VIRPI

Kohti avoimia työmarkkinoita.

Kokemuksia pitkäaikaistyöttömille suunnatun projektin ensimmäisestä vuodesta

Opinnäytetyö

56 sivua + 2 liitesivua

Työn ohjaaja

Lehtori Tuija Suikkanen-Malin

Toimeksiantaja

Sotek-säätiö

Toukokuu 2013

Avainsanat

hyvinvointi, toimintakyky, työkyky, työttömyys

Tämän opinnäytteen tavoitteena oli selvittää pitkäaikaistyöttömille suunnatun projektin vaikutuksia soveltuvan kohderyhmän kokemana. Sotek-säätiö toteuttaa vuosina 2012–2014 projektin, jonka keinoin pyritään kohentamaan asiakastyöntekijöinä työkentelevien pitkäaikaistyöttömien kuntoa, motivoimaan heitä kiinnostumaan omasta terveydestä huolehtimiseen ja ohjaamaan torjumaan työttömyyden kielteisiä vaikutuksia. Projektin tavoitteena on myös kohderyhmän työkyvyn kartoittaminen sekä mielekkään jatkopolun selvittäminen.

Opinnäytteessä on käytetty laadullisen tutkimuksen menetelmiä. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys rakentuu työttömyyden määrittelyn sekä työttömän subjektiiviseen hyvinvointiin vaikuttavien osa-alueiden määrittelyn ympärille. Opinnäytteen empiirisessä osassa käsitellään tutkimuksen toteutusta. Aineiston muodostavat tutkimusaikana projektiin osallistuneiden henkilöiden teemahaastattelut. Aineisto on analysoitu aineistolähtöisesti merkitysanalyysin avulla teemoitellen, ja keskeisinä teema-alueina siitä nousivat esiin sosiaaliseen, fyysiseen, psyykkiseen ja kokemukselliseen hyvinvointiin ja työn merkitykseen liittyvät teemat.

Aineistosta käy ilmi, että projektin tuloksena osa osallistujista koki kokonaisvaltaista hyvinvoinnin lisääntymistä. Jo pelkästään työn tekemisen ja työyhteisön kuulumisen koettiin lisäävän yksilön toimijuutta, mutta projektin avulla saatu voimaantumisen kokemus, erityisesti ryhmätoimintojen tuloksena tukee yksilön kokonaisvaltaista kokemuksellista hyvinvointia. Kaikki haastatellut eivät kokeneet hyötynensä projektiin osallistumisesta. Syynä tähän voi olla, ettei projektin menetelmiä koettu sopiviksi tai riittäviksi. Työn merkityksen haastatellut kokivat tärkeänä ja se vaikutti koettuun hyvinvointiin laaja-alaisesti.

## ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Kymenlaakso University of Applied Sciences

Social Care

KOSKELA, VIRPI

Towards Employment.

First-Year-Experiences from a Project Aimed at the Long-term Unemployed.

Master's Thesis

56 pages + 2 pages of appendices

Supervisor

Tuija Suikkanen-Malin, senior lecturer

Commissioned by

Sotek-foundation

May 2013

Keywords

welfare, ability to function, ability to work, unemployment

The aim of the thesis was to find out how the target group has experienced the effects of a project aimed for the long-term unemployed. Sotek-foundation is carrying out the project from 2012 to 2014 that aims to improve the condition of its long-term unemployed clients. The project aims to motivate them in becoming interested in improving their health and guides to tackle the negative effects of unemployment. Another aim of the project is to investigate the target group's ability to work and determine a meaningful further plan to gain full-time employment.

The thesis uses qualitative methods. The theoretical part of the research is based on defining unemployment and the subjective welfare of the unemployed. The empiric part of the research concentrates on the execution of the research. The material consists of thematic interviews of the people involved in the project during this research. The analysis of the content is based on meaning analysis and the analysis has been conducted thematically. The central themes deal with social, physical, psychological and experiential welfare as well as the significance of work.

The research shows that part of the participants felt that their overall welfare had increased as a result of the project. The work and the feeling of belonging to a work community seemed to increase the functionality of these participants. The project had produced the feeling of empowerment brought along especially by the group activities and this has supported the overall experience of welfare. Not all of the interviewees had felt that they had benefited from participating in the project. The reason could be that the methods of the project were not seen as suitable or sufficient. The importance of work was regarded as important by the interviewees and it had a wide scale effect on welfare.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	TUTKIMUKSET TAUSTAA	6
3	TYÖTÖN JA TYÖTTÖMÄN HYVINVOINTI	8
3.1	Työttömyys	8
3.2	Subjektiiivisuus	12
3.3	Hyvinvointi ja elämänlaatu	13
3.4	Voimaantuminen ja valtaistuminen	15
3.5	Elämönhallinta, toimintakyky ja toimijuus	17
3.6	Ohjaus tukitoimena	21
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	23
4.1	Tutkimusongelma ja tutkimuksen tavoitteet	23
4.2	Tutkimusryhmä	23
4.3	Aineiston keruu	24
4.4	Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat	25
4.5	Aineiston analyysi	30
5	TUTKIMUSTULOKSET	32
5.1	Tutkimusryhmän tavoitteet tutkimuksen alussa	32
5.2	Psyko-fyysinen hyvinvoinnin kokeminen	35
5.3	Kokemuksellinen hyvinvointi ja voimaantuminen	38
5.4	Työn merkitys	39
5.5	Tulevaisuuden haaveilu	40
5.6	Tulosten tarkastelu	42
6	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	47
7	POHDINTA	48
	LÄHTEET	51
	LIITTEET	

Liite 1. Aloitushaastattelu

Liite 2. Päätöshaastattelu

## 1 JOHDANTO

Pitkääikaistyöttömyydestä ja sen vaikutuksesta koettuun terveyteen ja hyvinvointiin on tehty lukuisia tutkimuksia. Tämä opinnäytetyö tutkii asiakaslähtöisesti sitä, miten erilaiset psyykkisen ja fyysisen toimintakyvyn tukemisen keinot vaikuttavat yksilön työkykyyn ja omiin kokemuksiin työkyvystä. Tutkimukseen osallistuneilla henkilöillä on vähintään vuoden työttömyysjakso takanaan ennen työllistymistä palkkatuetuun työhön kolmatta sektoria edustavalle Sotek-säätiölle. Sotek-säätiö toteuttaa vuosina 2012–2014 projektin, jossa erilaisten edellä mainittujen interventtioiden avulla tuetaan osallistujien työkyvyn kohentumista avoimille työmarkkinoille.

Tutkimus on laadullinen ja se on toteutettu teemahaastatteluilla, joissa on annettu tilaa myös henkilöiden omalle kerronnalle. Analysointi on tehty aineistolähtöistä merkitys-analyysia noudatellen. Analysointivaiheessa sisältö on jaettu haastatteluista esiin tärkeiksi nousseiden teemojen mukaan, jotka liittyvät hyvinvointiin, toimijuuteen ja työn merkitykseen. Haastatteluaineiston perusteella voidaan todeta, että työ määrittelee identiteettiä ja sen puuttuminen vaikuttaa voimakkaasti yksilön elämänhallintaan ja hyvinvointiin. Riittävä psyykkinen ja fyysinen toimintakyky tukee elämänhallintaa ja sen avulla myös pysyvämpää kiinnittymistä työelämään. Projektin tulokseksi voi arvioida yksilön lisääntyneen motivaation omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Tutkimus herättää myös pohtimaan, miksi projektin ei koettu hyödyttäneen kaikkia osallistujia.

## 2 TUTKIMUKSET TAUSTAA

Monenlaiset yhteiskunnalliset, kulttuuriset ja poliittiset ilmiöt vaikuttavat kansalaisten olosuhteisiin ja elämäntilanteisiin. Väestön terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavat taloudellinen tilanne laman ja nousukauden vaikutuksilla, työllisyys tilanteiden vaihtelu sekä terveydenhuoltoa ja sosiaaliturvaa koskevat lakimuutokset. Yksilön yhteiskunnallinen ja taloudellinen asema yhdistyy voimakkaasti eliniän ja terveydentilan ennusteeseen. Terveyden vaihteluun vaikuttavat sosioekonominen asema, sosiaaliryhmä, tulot sekä koulutus. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 80.)

Useissa työttömyyden tutkimuksissa on havaittu työttömyyden vaikuttavan yksilön terveyteen ja elinvuosien määrään, toisin sanoen työttömyys ja sen seuraukset heikentävät työttömäksi jääneen hyvinvointia ja toiminta- ja työkykyä. Työssään ihminen

tarvitsee riittävää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Keskimääräistä todennäköisemmin työttömiksi ajautuvat sellaiset henkilöt, joiden fyysinen tai psyykkinen terveys on tavallista heikompi. Työttömyyden toistuminen, työttömyyteen liittyvä häpeä, lisääntynyt alkoholin käyttö ja taloudelliset vaikutukset lisäävät työttömyyden kielteisiä vaikutuksia. Työttömyyden kielteisiä terveysvaikutuksia puolestaan lieventävät esimerkiksi sosiaalinen tuki, hyvä itsetunto ja hyvät selviytymiskeinot kielteisten vaikutusten ehkäisyyn. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 86–87.)

Opinnäytteen aiheen toimeksi antanut Sotek-säätiö on kolmannen sektorin toimija, joka tuottaa vajaakuntoisten ja vaikeasti työllistyvien palveluja tarjoamalla asiakkaille sosiaalisina palveluina työtoimintaa sekä erilaisia työllistymis-, kuntoutus- ja koulutuspalveluja. Tutkimuskohteena oleva projekti on yksi tällaisista järjestetyistä palveluista. Sen tavoitteena on kohentaa säätiön toimipisteissä asiakastyöntekijöinä työskentelevien 17 – 58 -vuotiaiden pitkäaikaistyöttömien kuntoa, motivoida heitä kiinnostumaan omasta terveydestä huolehtimiseen ja ohjata torjumaan työttömyyden kielteisiä vaikutuksia. Tähän tavoitteeseen projektisuunnitelman mukaan pyritään terveys-tarkastuksilla, terveyskonsultoinnilla, terveysliikunnan harjoittamisella, terveellisen ruuan valmistamisella sekä vertaistukiryhmien keinoin. Projektin toisena tavoitteena on kartoittaa kohderyhmän työkykyä, työelämävalmiuksia ja -taitoja. Tähän projektissa käytetään fyysisen toimintakyvyn ja psykososiaalisten työelämätaitojen mittareita. Kolmantena tavoitteena projektissa on sen asiakkaille merkityksellisen jatkopolun löytäminen. Sellainen voi olla esimerkiksi työn, työkokeilu- tai koulutuspaikan löytäminen. Lisäksi joidenkin asiakkaiden kohdalla voi kyseeseen tulla myös eläkkeelle siirtyminen. Tavoitteena kuitenkin on, että projektin aikainen kuntoutus auttaisi välttämään ennen aikaisen eläköitymisen. Projektin toiminnallisina menetelminä käytetään sekä ryhmä- että yksilövalmennusta. (Terveyskunnan edistäminen ja työkyvyn kartoittaminen ja kuntouttaminen.)

Työkyky on muutakin kuin fyysistä toiminnallisuutta, mutta perusedellytyksenä työssä jaksamiselle on kuitenkin riittävä yleiskunto. Työttömyyden kohdatessa monet saatavat aktivoitua itsensä hoitamiseen ja liikkumiseen vapaa-ajan lisääntyessä. Toisille työttömyyden vaikutus on juuri päinvastainen, päivittäinen rytmi häviää eikä tekemistä ole tai siihen ei osaa tarttua. Projekti pyrkiikin vaikuttamaan pitkään työttömänä olleiden fyysiseen toimintakykyyn kohdistamalla ohjaukselliset toimenpiteet liikunta- ja ruokailutottumuksiin sekä päihteiden käytön hallintaan. Projektissa käytetään käsi-

tettä terveystunto, jolla tarkoitetaan arjen toimintakykyä ja terveyttä. Lisäksi projekti pyrkii kartoittamaan asiakkaiden psykososiaalisia valmiuksia ja niiden kehittämistarpeita.

Projekti sisältää kokonaisuudessaan kolme vaihetta: 1) alkukartoitusvaiheen, joka sisältää terveystarkastuksen ja -tarkastuksen, 2) kuntoutus- ja työklubbivaiheen, jonka aikana kartoitetaan työkykyä, työelämätaitoja ja lisäksi edistetään terveystuntoa ryhmä- ja yksilöohjauksena sekä 3) jatkoloputusvaiheen, jolloin on mahdollista saada apua työn etsimisen ja hakuun sekä tarvittaessa koulutusneuvontaa. Kokonaisuudessaan yhden henkilön jakso projektissa kestää keskimäärin 6 kuukautta. (Terveystunnon edistäminen ja työkyvyn kartoittaminen ja kuntouttaminen.)

Kuntoutuminen on mielestäni ihmisen ja ympäristön aikaan saama muutosprosessi, jonka tavoitteena on toimintakyvyn, itsenäisen selviytymisen, hyvinvoinnin ja työllisyyden edistäminen. Tässä tutkimuksessa olen selvittänyt, mitä asiakkaat ajattelevat projektin alkaessa ja sen aikana omasta toimintakyvystään, itsenäisestä selviytymisestään, hyvinvoinnista ja työllisyyden edistämisestään. Haastatteluissa he ovat narratiivisesti kertomuksen tapaan kuvanneet sitä, millaisia mahdollisia vaikeuksia he ovat kohdanneet näillä osa-alueilla, millaista tukea he arvioivat erityisesti tarvitsevänsä selviytyäkseen ja kuntoutuakseen näistä ongelmista ja mitä he projektin ansiosta ovat saaneet. Tutkimuksen ei ole tarkoitus mitata hankkeen tuloksia organisaation näkökulmasta vaan asiakkaan näkökulmasta. Saada kokemusta siitä, millainen on asiakkaan subjektiivinen kokemus hankkeen hyödyistä tai haitoista ja sen merkityksellisyydestä hänelle itselle.

### 3 TYÖTÖN JA TYÖTTÖMÄN HYVINVOINTI

#### 3.1 Työttömyys

Työ- ja elinkeinoministeriön määritelmän mukaan

*”Työtön on työnhakija, joka on ilman työtä ja on käytettävissä työhön, jonka työaika on vähintään puolet alan normaalista työajasta tai joka odottaa sovitun työn alkamista. Työnhakijaa, joka voi ottaa tarjotun työn vastaan vasta määrääjän kuluttua tai joka hakee vain työtä, jossa työaika on lyhyempi kuin puolet alan normaalista työajasta, ei merkitä työttömäksi.”*



*tömäksi. Työnvälitystilastossa työttömiin luetaan myös työ- ja elinkeino-toimistoon työnhakijaksi ilmoittautuneet lomautetut. Työnvälitystilastossa ei lueta työttömiksi työnhakijoiksi työttömyyseläkkeen saajia eikä päätoimisia koululaisia ja opiskelijoita (ei edes loma-aikoina).” (Työttömät työnhakijat. Työ- ja elinkeinoministeriö.)*

Pitkäaikaistyöttömällä tarkoitetaan lain mukaan henkilöä, joka on ollut yhtäjaksoisesti 12 kuukautta työttömänä työnhakijana. Sillä tarkoitetaan myös sellaista työtöntä työnhakijaa, joka on ollut useammassa työttömyysjaksossa yhteensä vähintään 12 kuukautta ja jota työttömyyden toistuvuuden ja kokonaiskeston perusteella voidaan rinnastaa yhtäjaksoisesti 12 kuukautta työttömänä olleeseen. (Laki julkisesta työvoimapalvelusta 30.12.2002/1295.)

Tavallisesti työttömyyden syiksi erotellaan suhdanne-, kausi- ja rakennetyöttömyys, koska niiden syyt ja kestot ovat erilaisia. Työvoiman kysynnän ohimenevä tai toistuva heikentyminen, niin ettei kysynnän rakenne oleellisesti muutu määritellään kausi- ja suhdannetyöttömyydeksi. Rakennetyöttömyydellä puolestaan tarkoitetaan sitä, että työnhakijoiden ammattitaito ei vastaa avoimena olevien työpaikkojen vaatimuksia. Ammattitaitoa voidaan parantaa koulutuksen avulla ja tarkoituksenmukaisen koulutuksen löytäminen on rakennetyöttömyyden vähentämisessä ohjauksen ensisijaisena tavoitteena. Suhdannetyyppinen työttömyys voi muuttua monen työnhakijan kohdalla rakenteelliseksi pitkän taantuman aikana. Uudistuva teknologia ja uudet työtavat muuttavat työelämän vaatimuksia niin, ettei vanha ammattitaito ole enää riittävää työhön. (Tapaninen 2000, 25–26.)

Työttömyydellä on tutkijoiden mukaan selkeästi kielteisiä vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin. Työttömyys muuttaa usein ihmisen identiteettiä ja vaikuttaa tämän suhteisiin eri yhteisöihin. Työttömyyden kokemus ja sen vaikutukset ovat yksilöllisiä ja vaihtelevat taustatekijöiden mukaan. Vähätalon (1998, 111–113, 152) mukaan tällaisia työttömyyteen sopeutumiseen vaikuttavia taustatekijöitä ovat mm. elämänvaihe, perhesuhteet, sosiaali- ja koulutusryhmä sekä ajankäytön ja aktiivisuuden sopeuttaminen. Osalla työttömiä voivat sekä hyvinvointivaltio palveluineen että yhteisöt tukea selviytymistä tässä tilanteessaan. Vuorovaikutus lähiympäristöön ja kuuluminen erilaisiin yhteisöihin muodostavat osan siitä tukiverkosta, jonka turvin työtön henkilö ylläpitää omaa fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan. Huonoimmassa tapauksessa

tätä tukiverkostoa ei lainkaan ole. Työttömyys voi katkoa henkilön suhteita vähäisiin verkostoihin, ja hän ajautuu vähitellen ulos sosiaalisista suhteistaan. Työttömyyden kielteiset vaikutukset tulevat esiin useammin miehillä kuin naisilla. Lisäksi on havaittu, että työttömyys, sairaudet ja köyhyys kasautuvat samoille henkilöille. Gouldin, Ilmarisen, Järvisalon ja Koskisen (2006, 313) mukaan nuoret ja peruskoulutukseltaan puutteelliset työttömät nuoret aikuiset henkilöt kokevat työkykynsä rajoittuneemmaksi kuin työelämässä olevat.

Tapaninen (2000, 25–26) nostaa esiin maamme verrattain uuden ilmiön, perheet, joissa kukaan ei hanki toimeentuloaan työnteolla. Tämä on johtanut siihen, että nuorilta puuttuu usein malli työssäkäyvistä ihmisistä ja sen vaikutukset voivat tulla esiin nuoren minäkuvassa, tavoiteasettelussa, opiskelumotivaatiossa ja ohjauksen mahdollisuuksissa. Nuori kyseenalaistaa työnteon ja ponnistelun toimeentulon hankkimiseksi, koska muutenkin pärjää. Toisaalta nuoret, vailla työkokemusta olevat työttömät eivät ole ehtineet rakentaa identiteettiään tai elämänhallintaansa palkkatyön varaan. Nuorten työttömien työkyvyn säilyttäminen onkin tästä syystä haasteellisempi kysymys kuin työelämästä karsiutuneiden keski-ikäisten toteaa Lähteenmaa (2010, 52). Työttömyys voi tänä päivänä kohdata kenet tahansa, ikään, sukupuoleen tai koulutustaan ja työhistoriaan katsomatta. Vähätalon mukaan (1998, 152) näiden tämän päivän uusien työttömien tukena ovatkin erityisesti sekä hyvinvointivaltio että toimivat yksilö- ja yhteisösuhteet. Niiden avulla ja myötävaikutuksella heidän edellytyksensä työhön paluuseen on oletettavasti parempi kuin aiemmin.

Työttömyyden vaikutukset liittyvät siihen, onko työttömyys ohimenevä vai pitkittyvä elämäntilanne. Tapaninen (2000, 28–29) esittää Borgen ja Amundsonin mallin, jota nämä kuvaavat ”tunteiden vuoristoradaksi”. Siinä ensimmäisessä vaiheessa työn menetys koetaan shokkina, josta selviytyminen vie jonkin aikaa. Tätä vaihetta seuraa taптuneen pohtiminen, johon voi usein liittyä masennusta ja ahdistusta. Kolmannessa vaiheessa koettu kriisi työn menettämisestä saadaan hallintaan ja optimismi ja uudelleen aktivoituminen tulevaisuutta kohtaan herää. Ongelma ratkeaa, jos työpaikka löytyy, tai pahenee, mikäli työpaikkaa ei ole. Jälkimmäisessä tapauksessa useat tuloksettomat yritykset löytää työtä laskevat mielialaan ja aktiivisuus työnhakuun vähenee.

Työttömyyden vaikutuksista terveyteen on esitetty useita erilaisia tulkintoja. Sosiologisessa taloudellisen deprivaaion mallissa nähdään, että taloudellisen tilanteen huo-

nontuminen heikentää hyvän terveyden edellytyksiä, kuten terveellisen ravinnon saamista. Jahodan sosiaalipsykologinen malli esittää ajatuksen siitä, että työ sisältää terveydenkannalta myönteisiä piilofunktioita, jotka työttömyyden aikana eivät toteudu, kuten mahdollisuus sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Muissa tulkinnoissa tuodaan esiin terveysvaikutusten riippumista esim. työttömyyteen liittyvän stressin asteesta. (Järviskoski & Härkäpää 2011, 87.)

Yleisten piirteiden ohella työttömyyden vaikutuksissa on yksilöllisiä piirteitä. Työttömän kokemuksiin vaikuttavat niin työmarkkinatilanne kuin työnhakujen aiheuttamat pettymykset. Tapanisen (2000, 29–30) mukaan työnhaun epäonnistuminen vaikuttaa nuoriin lamaannuttavammin kuin aikuisiin. Toisaalta he myös toipuvat tästä aikuisia nopeammin. Erityisesti nuorten kohdalla koetaan vaaraksi kuitenkin se, että työttömyydestä muodostuu itseään ylläpitävä elämäntapa. Pitkittyvän työttömyyden aikana työttömyyteen sopeutuminen voi tapahtua huomaamatta. Ollikaisen (2008, 68, 17) mukaan silloin onkin lähdettävä korjaamaan työttömyyden aiheuttaman syrjäytymisen oireita. Tällöin työttömyys voidaan nähdä aktiivisena syrjäytymisenä ja työelämänäkökulmasta epäsuotuisien toimintatapojen omaksumisena. Työttömien oman kokemuksen perusteella merkittävimmäksi työnsaantia haittaavaksi tekijäksi on muodostunut se, että työtä ei vaan ole. Työministeriön raportin Työvoima 2025 mukaan Ollikainen arvioi työttömät henkilöt valtaosin työhaluisiksi ja -kykyisiksi.

Sosiaalisen työllistämisen kentällä painotetaan siirtymisiä avoimille työmarkkinoille. Työllistämispalveluja tarjoavat toimijat, kuten Sotek-säätiö, pyrkivät tukemaan heikossa työmarkkina-asemassa olevia asiakkaita kuntouttamalla ja valmentamalla heitä kohti avoimia työmarkkinoita. Läheskään aina vamma tai sairaus ei ole syynä heikkoon työllistymiseen, vaan myös työnantajien ennakkoluulot ja työmarkkinoiden haasteet ovat muodostuneet työllistymistä vaikeuttaneiksi tekijöiksi. Kyselytulosten mukaan ollaan sitä mieltä, että myös palvelujärjestelmän toimimattomuus haittaa työhön siirtymistä. (Sosiaalisen työllistämisen barometri 2012.)

Pitkäaikaistyöttömyyttä on tutkittu lukuisia kertoja. Tähän tutkimukseen olen tuonut sellaisia aiempia tutkimuksia, joissa on selvitetty työttömien kokemuksia hyvinvointikäsitteen kontekstista. Otantani näistä tutkimuksista alkaa 1990-luvun lopulta edeten tähän päivään. Niistä voidaan huomata, että työttömyyden kokemus ja sen vaikutukset ihmisten koettuun hyvinvointiin on ajan kuluessa pysynyt hyvin samankaltaisena.

### 3.2 Subjektiivisuus

Kilpailu työpaikoista on vuosi vuodelta kiristynyt. Yksi ammatillinen koulutus ei enää tänä päivänä ole tae palkkatyöhön vaan työnhakijoilta edellytetään muutosvalmiutta, joustavuutta ja sosiaalisia taitoja niin tiimityöskentelyyn kuin verkostoitumiseenkin itsensä markkinoimiseksi työmarkkinoille. Omia työmarkkina-avalmuuksia on jatkuvasti kehitettävä, jotta pysyy muihin työnhakijoihin nähden kilpailukykyisenä ja haluttuna työntekijänä. Palkkatyössä ollessaan kilpailutilanne voi puolestaan ajautua siihen, että pelätään poissaoloja eikä uskalleta sairastaa irtisanomisen ja työttömyyden pelossa. Jokainen ihminen on oman elämänsä subjekti, mutta työttömyyden kohdatessa minäkuva ja itsetunto saattavat olla koetuksella, erityisesti, jos henkilö on ollut vahvasti sitoutunut työhönsä (Kauppinen, Saikku & Kokko 2010, 235).

Mahlakaarron (2010, 21, 25) mukaan subjektiutta ja identiteettiä on tutkittu ja tulkittu lukuisin eri tavoin. Niitä on arvioitu niin samoin tavoin kuin vahvasti toisiinsa liittyneinäkin. Subjektiuden voi nähdä muodostuvan oman elämänhistorian ja kokemusten kautta. Olennaista siinä on vuorovaikutus ympäristön kanssa. Työelämässä olevan henkilön subjektiuus työssä rakentuu tarkoituksenmukaisesta toiminnasta ja keinoista vaikuttaa omaan työhön. Pitkäaikaistyöttömän subjektiivisuus työelämävalmiuksien kokemisessa on lähdekirjallisuuden mukaan muuttunut epävarmemmaksi työelämässä oleviin nähden. Työttömyys vaikuttaa olevan yhteydessä monenlaisiin subjektiivisiin kokemuksiin. Työttömyyden pitkittyessä henkilöt eivät arvostaneet enää omia taitoja ja ne koettiin riittämättömiksi. Lisäksi työttömyyden arvioitiin heikentävän työkykyä ja koettua terveyttä. (Terävä, Virtanen, Uusikylä & Köppä 2011, 15–16.)

Yksilön työkyvyn rakenteet ja työmarkkina-asema vaihtelevat työikäisyyden aikana ja jokainen yksilö kokee työttömyyden subjektiivisesti eri tavoin. Poutanen (2000) jakaa tutkimuksensa perusteella työttömät sopeutujiin, turhautujiin ja syrjäytyjiin. Hänen mukaansa pitkäaikaistyöttömistä lähes puolet voidaan lukea syrjäytyjiin. Heillä katsotaan olevan vaikeuksia sekä sisäisessä että ulkoisessa elämänhallinnassa. Hyvinvointiongelmien, subjektiivisen toimeentulon vaikeudet ja turvattomuuden kokemukset kasaantuvat, jolloin on todennäköistä, että subjektiuus omaan elämään katoaa.

### 3.3 Hyvinvointi ja elämänlaatu

Tässä opinnäytteessä teoreettisen ajattelun taustalla on niin Allardtin hyvinvointikäsite *having – loving – being*, kuin määritelmä siitä, että ihminen on psykofyysinen kokonaisuus, jonka mukaan ihmisen toiminnassa ilmenevät fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen taso. Allardtin teoriassa käsite *having* edustaa resursseihin perustuvaa elintasoluokitusta, *loving* ja *being* edustavat tarveperustaisia ja elämänlaadullisia osa-alueita. Niemelä (2009, 213, 223) on havainnut kriittisiä näkökulmia Allardtin teoriaa kohtaan ja toteaaakin, että Allardt on sijoittanut toiminnan eli *doing being* -osa-alueen sisään, johon sen ei tulisi sijoittua. Toiminta nähdään erilaiseksi ilmiöksi kuin *being*, oleminen.

Niemelän (2009, 231) tutkimuksen mukaan hyvinvointia voidaan arvioida sekä objektiivisena että subjektiivisena tapahtumana. Hänen mukaansa hyvinvoinnin voidaan nähdä tarkoittavan hyvää oloa, hyvää toimintaa ja onnistunutta elämää sekä hyvää menestymistä. Näiden lisäksi jokainen aineellinen, sosiaalinen ja henkinen ulottuvuus omaa erilaatuiset hyvinvointinsa. Hyvinvoinnin tasot ovat näin ollen moninaiset.

Hyvinvointi niin käsitteenä kuin ilmiönäkin on Raijaksen (2008, 2, 13) mukaan moniulotteinen ja ajassa muuttuva. Teoksessaan hän esittää Veenhovenin näkemyksen mukaisesti sen synonyymiksi termin subjektiivinen hyvinvointi ja ottaa hyvinvoinnin tutkimuksen kohteeksi kokemuksellisen hyvinvoinnin. Raijas toteaa hyvinvoinnin rakentuvan kolmesta osa-alueesta; aineellinen hyvinvointi, terveys ja sosiaaliset suhteet. Näistä elementeistä koostuva hyvinvointi konkretisoituu tavalliseen arkeen. Jokainen yksilö on tämän oman kokemuksellisen hyvinvointinsa paras asiantuntija. Elämän puitteet, kuten sosiaaliset ja taloudelliset elinolot antavat yksilön elämälle mahdollisuuksia, mutta mahdollisten väliin tulevien häiriöiden vuoksi todellinen elämä voikin muodostua huonommaksi kuin mitä puitteet mahdollistaisivat. Toisaalta se voi muodostua myös paremmaksi.

Työttömyys heikentää ihmisten kokemaa hyvinvointia. Kauppisen, Saikun ja Kokon (2010, 246) mukaan pitkään työttömänä olleilla hyvinvoinnin puutteiden kasautuminen on yleisempää kuin työssä käyvillä. Suurimmat erot tulivat esiin taloudellisissa ja terveydellisissä ongelmissa sekä terveystalvelujen saamisessa. Kansainvälisten tutkimusten valossa työttömyys ja siitä aiheutuva matala tulotaso alentavat ihmisten kokemaa onnellisuutta, mutta Böckemanin ja Ilmakunnaksen (2005, 74–82) tutkimuksen

mukaan, Suomessa työttömien keskimääräinen onnellisuus ei kuitenkaan ole heikentynyt. Yhdeksi selitykseksi tälle nähtiin yhteiskunnan tottuminen korkeana pysyttelevään työttömyyteen.

Elämänlaatu on vaikeasti määriteltävissä, eikä sillä olekaan yhteisesti sovittua määritelmää. Suurin osa tutkijoista sisällyttää siihen kuitenkin samankaltaisia elementtejä, kuten aineellinen hyvinvointi, läheissuhteet, terveys ja toimintakyky, psyykkinen, emotionaalinen ja kognitiivinen hyvinvointi sekä käsitys itsestä. Elämänlaatu on jokaisen subjektiivinen kokemus, joka rakentuu monesta eri tekijästä ja vaihtelee yksilöllisesti elämänculun ja elämäntilanteiden mukaan. Sen lisäksi, että hyvä elämä määrittyy oman onnellisuuden kokemuksen kautta, siihen voidaan määritellä kuuluvaksi hyvät ulkoiset olosuhteet sekä riittävä toimintakyky. (Vaarama, Siljander, Luoma & Meriläinen 2010, 128; Saarni & Pirkola 2010, 2265.)

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee elämänlaadun yksilön arvioksi elämästään siinä kulttuuri- ja arvoyhteydessä, jossa hän elää ja suhteeseen omiin päämääriin, odotuksiin, arvoihin ja muihin merkityksellisiin asioihin. Terveysteen liittyvän elämänlaadun pääpaino on toimintakyvyssä, oireissa ja koetussa terveydessä. WHO:n virallinen määritelmä terveydelle kuvaa sen täydelliseksi henkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi. Tällä määrittelyllä terveyden ja elämänlaadun määrittelyt lähenevät toisiaan. (Vaarama ym. 2010, 128; Saarni & Pirkola 2010, 2266.)

Vaaraman ym. (2010, 142) esittelemän tutkimuksen mukaan työn merkitys työikäisten elämänlaadulle on keskeinen. Työmarkkina-asema, toimeentulo ja perherakenne ovat erittäin merkityksellisiä työikäiselle väestölle ja nämä tekijät myös suojaavat parhaiten elämänlaatua. Keskeisinä sosiaalisen syrjäytymisen riskeinä pitävät Pensola, Järvisalo ja Järvisalo (2006, 224–225) pitkittynyttä tai toistuvaa työttömyyttä, köyhyyttä, heikkoa koulutustasoa huonoa terveyttä ja toimintakykyä. Heidän kyselytutkimuksensa mukaan hyvällä työkyvyllä on suuri merkitys työttömän henkilön työllistymiseen.

Norjalaisen Claussenin tutkimuksen mukaan työssäkäyvät henkilöt ovat terveempiä kuin työttömät. Tämä saattaa selittyä sillä, että työ voi aiheuttaa joillekin sairastumista ja huono terveys lisää työttömyyden riskiä tai että pitkäaikaistyöttömyys voi aiheuttaa mielenterveysongelmia. Pitkittynyt työttömyys heikentää edelleen jo mielenterveydeltään oireilevan henkilön terveyttä ja vain n. kolmas osalle heistä on saatu oireita määrittelevä diagnoosi. (Claussen 1999, 94–100.)

Vansteenkiste, Lens, De Witte, De Witte & Leci (2004, 345–363) ovat puolestaan tutkimuksessaan todenneet, että työpaikkojen menetyksestä aiheutunut työttömyys voi huonoimmassa tapauksessa muuttaa ihmisen identiteettiä. Viimeisten 25 vuoden aikana tutkijoiden toimesta on dokumentoitu erilaisia työttömyydestä aiheutuneita negatiivisia tekijöitä, kuten taloudellista puutetta ja terveyteen liittyviä ongelmia. Tässä belgialaiseen ja amerikkalaiseen tutkimuksiin pohjaavassa tutkimusartikkelissa todetaan, että työttömyyden kohtaaminen ja siihen sopeutuminen on erilaista. Toiset hakevat uutta työtä muita aktiivisemmin, mutta kaikilla näitä työnhakutaitoja ei ole. Lisäksi on heitä, jotka käyttävät aikansa kokonaan johonkin toisenlaiseen toimintaan. Motivaatio työnhakemiseen voi laskea ajan myötä ja kriittiset kysymykset omasta tilanteesta nousevat korostetusti esille. Tämä itsemääräämisoikeusteoriaan nojaava tutkimus koostui kahdesta toisiinsa liittyvästä tutkimuksesta. Se toteaa, ettei löytänyt vahvaa positiivista suhdetta itsenäisen, motivoituneen toiminnan ja hyvinvoinnin kokemuksen välillä. Sen sijaan oman motivaation vaikutuksen voi nähdä tasoittavan työttömyyden jatkuvuuden aiheuttamia kielteisiä kokemuksia.

### 3.4 Voimaantuminen ja valtaistuminen

Suomalaiset tutkijat olivat käyttäneet empowerment-käsitteen suomennoksessa perusteena joko valta- tai voima-käsitettä. Mahlakaarron (2012, 25) mukaan näitä käsitteitä valtaistuminen ja voimaantuminen on käytetty vierekkäin tarkoittamaan samaa asiaa. Väitöskirjassaan Siitonen (1999, 83, 161–165) esittää, että suomennos voimaantumisen vastaa parhaiten alkuperäiseen termiin sisältyvää ihmisestä itsestä lähtevää voimaantumisprosessin ajatusta. Teoksessaan hän kuvaa voimaantumisteoriassaan viisi voimaantumisen premissiä. Niiden mukaan ”*voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi, jossa voimaa ei voi antaa toiselle*” ja johon esimerkiksi toimintaympäristön olosuhteet vaikuttavat suotuisasti. Voimaantumisen aste vaikuttaa sitoutumiseen myönteisesti tai kielteisesti. Premissien mukaan voimaantuminen ei ole pysyvä tila ja se on yhteydessä ihmisen hyvinvointiin.

Voimaantumisen teemaan liittyvä kirjallisuus osoittaa laajuudessaan sen, että voimaantumisen käsite on moniulotteinen. Voimaantuminen kuvataan muutosvoimana omaan elämään vaikuttamisessa, omien voimavarojen löytymisessä, ulkoisesta pakosta vapautumisessa, elämänhallinnan saavuttamisessa sekä itsetunnon ja itsearvostuk-

sen lisääntymisessä. Voimaantuminen kuvataan myös prosessiksi, jossa yksilö tiedostaa arvonsa. (Mahlakaarto 2012, 25–27.)

Jokaisella yksilöllä on kykyjä ja vahvuuksia, mutta ne on ensin tunnistettava. Juhilan (2006, 121–122) mukaan niiden tunnistaminen edellyttää yksilön tilanteen selvittämistä. Tämän rinnalle tarvitaan myös vahvuuksien kehittämistä niin, että yksilöt lähtevät itse mukaan oman elämänsä suunnan muuttamiseen ja uusien suunnitelmien tekemiseen ja toteuttamiseen. Mahlakaarto (2012, 28–29) tarkastelee voimaantumista tutkimuksessaan sekä prosessina että sen tuloksena. Keskeisinä voimaantumisen ulottuvuuksina hän esittää, että yksilön ja tämän identiteetin kannalta se tarkoittaa sekä sisäisiä että ulkoisia muutoksia. Tietoisuuden lisääntyessä itsestä ja omista mahdollisuuksista siihen liittyy vaikuttaminen ja aktiivinen osallisuus toimintaympäristössä.

Järvikoski ja Härkäpää (2011, 141–143) käyttävät empowerment-käsitteestä yhteiskuntatieteissä käytettympää termiä valtaistuminen. Heidän mukaansa valtaistuminen on käsitteenä laaja-alaisempi ja sillä viitataan myös alistamisen rakenteellisiin syihin. Valtaistumisessa on erotettavissa sekä yksilöllinen taso, joka rakentuu yksilön kasvuun tiedon, itsearvostuksen ja asenteiden muutoksen kautta että yhteiskunnallinen taso, jolla viitataan yksilöiden mahdollisuuteen osallistua aktiivisesti suunnitteluun, päätöksentekoon ja yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen. Voimaantuminen termiä käytetään Järvikoski ja Härkäpää mukaan yleisemmin kasvatustieteissä. Tässä opinnäytetyössä käytetään termiä voimaantuminen.

Väitöskirjassaan *Subjektiksi työssä* Mahlakaarto (2012, 15–16) on tutkinut työn kokemusta ja voimaantumista subjektilähtöisesti. Hän toteaa tutkimusjulkaisunsa esipuheessa työn olevan osa ihmisen elämää ja minuutta. Työ ja identiteetti muovaavat toisiaan ja reagoidessaan työelämän muutoksiin ihmisen identiteetit muovautuvat yksilöllisten mahdollisuuksien ja sosiaalisten mahdollisuuksien pohjalta. Työelämän jatkuvien muutosten mukana työidentiteetti voi muuttua hauraaksi. Sen seuraukset voivat näkyä mm. työuupumuksena, masennuksena ja työn mielekkyyden katoamisena. Toisaalta heikentynyt työidentiteetti voi ilmetä myös esim. heikkona sitoutumisena omaan työhön. Tämä työidentiteetin haurastuminen voi johtaa vaikeuksiin selviytyä työelämässä ja syrjäytymiseen työmarkkinoilta.

Mahlakaarron (2012, 54–57) tutkimuskohteena oli yksilöiden voimaantuminen voimaantumisen kehitysohjelmassa. Tämä ohjelma toteutettiin erään sairaanhoitopiirin



henkilöstön työssä jaksamisen ryhmämuotoisena ohjelmana, joka kesti vuoden. Työskentelymenetelminä siinä käytettiin erilaisia refleктоivia työtapoja, kuten psykodraamaa ja erilaista symbolityöskentelyä. Ihmissuhdealoilla, joissa työ ja persoonallisuusidentiteetti ovat lähekkäin, työhyvinvointi on usein vaarassa. Ohjelmaan osallistuneet henkilöt kokivat voimaantuneensa ammatillisen identiteetin näkökulmasta. Voimaantuminen tuli esiin lisääntyneenä itseluottamuksena, etäisempänä suhteena työhön, rohkeutena kantaa vastuuta omista tunteista ja tarpeista sekä kokemuksena ammatillisen minän vahvistumisesta. Oman roolin vahvistuminen vaikutti työhyvinvoinnin ja työtyytyväisyyden kokemuksiin. Yksilön vahvistumisena voimaantuminen lisää osallisuuden kokemusta työyhteisössä.

Tutkimuksessa tuodaan esiin huoli siitä, kuinka työnantajat pystyvät riittävästi huolehtimaan työntekijöiden työssä selviytymisestä ja yhteisön voimaantumisesta. Organisaatioita koskevien voimaantumisprosessien tukeminen ja voimaantumismenetelmien kehittäminen on tärkeää työssä jaksamisen ja työhyvinvoinnin kannalta. (Mahlakaarto 2012, 80–81.)

### 3.5 Elämänhallinta, toimintakyky ja toimijuus

Lähdekirjallisuudessa todetaan myös elämänhallinta-termin määrittelyn olevan vaikeaa. Sen yhteyteen voidaan luokitella kuuluvaksi paljon erilaisia osa-tekijöitä, jonka vuoksi tarkkarajainen määrittely hankaloituu. Myös termien tietynlainen päällekkäisyys asettaa omat haasteensa määrittelylle. Elämänhallinta on käsitteenä suosittu. Eri tutkimuksissa siihen on liitetty hyvin erilaisia asioita, vaikka se ei tieteellisesti ole suurta kiinnostusta herättänytkään. Kenties yleisin merkitys elämänhallinnalle onkin yksilön kokemus mahdollisuuksistaan ohjata omaa elämäänsä. Työttömyydessä on kyse elämänhallinnan, elintapojen ja elämänlaadun muutoksista. Työttömyyden kohdatessa taloudellinen tilanne ja kulttuurinen asema kärsivät.

Riihinen (1996, 18, 22) näkee autonomia-käsitteen elämänhallinnan lähtökohtana. Autonominen henkilö omaa riittävän kapasiteetin, ulkoiset edellytykset ja oikeuden itsehallintaan. Riihinen kuitenkin muistuttaa, että elämänhallinta liittyy myös muuhun hyvinvointiteoriaan ja viittaa tällä erilaisten tarpeiden tyydyttämiseen.

Härkäpää ja Järvikoski (2011, 140–141) mainitsevat elämänhallinnan empowerment-termin sukulaiskäsitteeksi. Elämänhallinnassa erotetaan usein kaksi ulottuvuutta, si-

säinen ja ulkoinen elämänhallinta. Sisäiseksi elämänhallinnaksi nähdään tilanne, jossa ihminen sopeutuu erilaisiin elämäntilanteisiin ja pystyy hyväksymään erilaiset tapahtumat osaksi elämää. Ulkoisesta elämänhallinnasta on kyse silloin, kun ihmisen pystyy ohjailemaan elämänsä kulkua. Riihinen (1996, 29) kirjoittaa elämänhallinnan olevan näiden kahden välistä vuorovaikutusta. Järvikoski (1996, 44) määrittelee elämänhallinnan kattokäsitteeksi. Tällä hän tarkoittaa, että se sisältää erilaisia elämänkulkuun ja elämänhallintaan liittyviä tekijöitä. Ihminen tulee nähdä tavoitteellisenä toimijana, joka toteuttaa elämäntehtäviään ja henkilökohtaisia projektejaan ja pyrkimyksiään.

Työpoliittisen aikakauskirjan artikkelissa Sihto (2010, 77–79) avaa Jaana Vastamäen väitöstutkimuksen tuloksia elämänhallintakyvyn merkityksestä työttömien hyvinvoinnille ja uudelleen työllistymiselle. Tutkimuksen mukaan työttömyyden aikana koetut riskitekijät kuten heikentynyt työkyky, taloudelliset huolet ja alkoholin ongelmakäyttö olivat yhteydessä heikentyneeseen elämänhallintakykyyn. Toisaalta vahva elämänhallintakyky suojaa riskin aiheuttamilta oireilta työttömyyden aikana.

Toimintakyky nähdään ihmisen valmiuksiksi selviytyä arjen tehtävistä kotona, työssä ja vapaa-ajalla. Sitä voidaan tarkastella sekä fyysisellä että psyykkisellä tasolla, ja usein puhutaan myös sosiaalisesta toimintakyvystä, joka viittaa ihmisen osallistumisen ja vuorovaikutukseen yhteisöjen ja yhteiskunnan kanssa. Toimintakykyyn vaikuttavat monet eri tekijät, kuten ikä, sukupuoli ja koulutus. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 92–93.)

Toimijuuden Härkäpää ja Järvikoski (2011, 101–102) mainitsevat toiminnaksi, jota sosiaaliset rakenteet joko rajoittavat tai mahdollistavat. Toimijuudeksi nähdään myös ihmisen vaikuttamismahdollisuus ja kokemuksen saaminen itsestä aktiivisena, ympäristöönsä vaikuttavana toimijana. Mahlakaarto (2010, 23) kirjoittaa toimijuuden olevan subjektin vuorovaikutusta sen ympäristöön. Teoksessaan Härkäpää ja Järvikoski esittävät Jyrki Jyrkämän kuvauksen toimijuuden modaliteeteista. Näitä ulottuvuuksia ovat kykeneminen, osaaminen, haluaminen, täytyminen, tunteminen ja voiminen. Toimijuutta määrittävät ihmisen elämäntilanne sekä ympäristö. Voimakaskin halu toimintaan ja toimijuuteen heikkenee, jos ulkoisia mahdollisuuksia ei ole tarjolla.

Ihmistä ympäröivien sosiaalisten verkostojen kautta hän voi olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja yhteisöjen kanssa. Verkostojen avulla ihminen ylläpitää sosiaalista identiteettiä ja saa psykologista tukea sekä aineellista apua ja palveluja. Sosiaaliset

verkostot antavat tukea erilaisissa stressitilanteissa ja ne voivat auttaa päivittäisten ongelmien hallinnassa. Sosiaalisten verkostojen puuttumisen aiheuttama sosiaalisen tuen puute liittyy psyykkiseen rasittuneisuuteen ja masennukseen. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 87–89.)

Lähteenmaa (2008, 53) kirjoittaa, että tehdessään ympäristössään jotakin muutakin, kuin sopeutuvansa siihen, ihminen on toimija. Kun ihmisellä on toimintaa kohtaan vahva aikomus, vielä ilman näkyvää toimintaa, hänet määritellään myös sosiologisen näkemyksen mukaan toimijaksi. Työttömyyden katsotaan rajoittavan yksilön toimijuutta. Rajoittavia tekijöitä ovat mm. rahapula ja matkustamista sekä opiskelua koskevat rajoitukset.

Tutkimuksessaan pitkäaikaistyöttömien selviytymisestä Kortteinen ja Tuomikoski (1998, 12, 14–17) toteavat, että hyvin pieni osa pitkäaikaistyöttömistä onnistuu kestävämmiin irtautumaan työttömyydestä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että erilaisten työllistämistoimien vaikutukset ovat olleet vähäisiä ja työttömyys uhkaa muuttua usein pysyväistyöttömyydeksi. Työttömyystutkimuksen pitkä kansainvälinen perinne on osoittanut, että työttömille kasaantuu terveydellisiä, sosiaalisia ja taloudellisia ongelmia. Laaja-alainen psyykinen ja fyysinen sairastuvuus on yleisempää työttömille kuin työssäkäyville. Näihin samoihin päätelmiin on tultu myös useissa suomalaisissa tutkimuksissa.

Kortteisen ja Tuomikosken (1998, 63, 143–145, 149–151) tutkimus toteaa tosiasiaiseksi, että työttömät ovat kokeneet sosiaalisten suhteiden hankaloituvan työttömyyden myötä. Toisaalta tietynlainen yhteisöllinen ankkuroituminen tuo myös suojaa työttömyyden aikana. Mielenkiintoisena pidän tutkimuksen toteamusta siitä, että työn korkea merkitys saattaa aiheuttaa työstä kieltäytymistä, itselle ei sallita minkä tahansa työn vastaanottamista. Samalla se tuo esiin ajatuksen elämisen keskeisten arvojen kiinnittämisestä muualle kuin työhön, jolloin töiden sisältöön liittyvää tavoitetasoa on helppo laskea. Tutkimuksen mukaan työttömät luottavat sekä yhteiskunnan yhteisölliseen tukeen että sosiaaliturvaan. Parhaimmillaan se antaa merkitystä työttömän arkeen ja pitää taloudellisen turvattomuuden poissa. Nämä toisiaan tukevat rakenteet auttavat työttömiä selviytymään lyhytaikaisten työsuhteiden ja työttömyyskausien vaihteluissa.

Kortteinen ja Tuomikosken (1998, 167–169) tutkimuksen tuloksena todetaan myös, vaikka työttömien enemmistö on selvinnyt elämäntilanteestaan kohtuullisesti, huono-

osaisuus on samalla alkanut kasautua. Työttömänä ollessa kohtuullinen selviytyminen edellyttää sitä, että saa merkitystä ja sisältöä arkeen sekä pystyy turvaamaan riittävän elannon. Arkielämä saa merkityksensä ja mielensä sitä jäsentävien arvojen, kuten esimerkiksi lasten hyvinvoinnin kautta. Tiivistetysti tutkimuksessa todetaankin, että työttömien toiminta- ja työkykyisyys perustuu olennaisesti sosiaaliseen kannatteluun, niin yhteisölliseen kuin yhteiskunnalliseen.

Tutkimusraportti Työkyvyn ulottuvuudet oli laajin koko väestön työkykyä tarkasteleva tutkimus, joita vuoteen 2006 mennessä oli tehty. Tutkimus perustui Terveys 2000 -hankkeen aineistoihin. Aineistot oli koottu laajalla otannalla vuosina 2000–2001 suoritettujen haastattelujen, kyselyjen ja terveystarkastusten avulla. Niiden perusteella on todettu, että työttömien työkyky on huonompi kuin työssäkäyvien. Huonoon työkykyyn vaikuttivat työttömyys, sen kesto sekä toistuvuus, köyhyys ja puutteellinen koulutus. Työllisyys ja taloudellinen vakaus puolestaan vaikuttivat suotuisasti työkykyyn. (Pensola ym. 2006, 223.)

Tutkimusaineiston perusteella raportissa yhteenvedona todetaan, että työttömänä olleiden työkyky oli selvästi rajoittuneempi kuin työssä käyvien. Pitkään tai toistuvasti työttömänä olleiden työkyky oli tutkimuksessa huomattavasti heikompia kuin työssä käyvien tai vain lyhyen aikaa työttömänä olleiden. Mielenkiintoiseksi raportissa mainitaan se huomio, että työllistyneiden työttömien työkyky oli selvästi parempi kuin samalla hetkellä työttöminä olevien. Työllistyneiden työkyky ei juuri poikennut jo työssä käyvien tai työttömyyttä kokemattomien työkyvystä. Tämä tulos voi merkitä sitä, että hyvä työkyky saattaa tukea työllistymistä pitkänkin työttömyyden jälkeen. Toisaalta tutkimuksessa todetaan, että työttömyyden on osoitettu heikentävän psyykkistä hyvinvointia, mutta työllistyminen on riittänyt hyvinvoinnin kohenemiseen. Koska työkyky pohjaa subjektiiviseen arvioon on mahdollista, että eri asemassa olevat ihmiset arvioivat työkykyään eri tavoin. Pitkään työttömänä olleiden henkilöiden syrjäytymisriski lisääntyy työkyvyn laskun ja työssä selviytymisen heikentymisen seurauksena. Tutkimus nostaakin yhteiskuntapoliittiseksi tehtäväksi työttömäksi joutuneiden nopean työllistämisen. Tämän nopean työllistämisen avulla tuetaan heidän työkyvyn säilyttämistä. Nämä samat tutkimustulokset toistuivat myös työttömien työkykyä selvittäneessä tutkimuksessa, joka valmistui vuonna 2005. Tämän tutkimuksen taustalla pidettiin näkemystä siitä, että heikkoa työkykyä voidaan pitää eräänä tekijänä työmarkkinoilta syrjäytymiseen. (Pensola ym. 2006, 237–239; Terävä ym. 2011, 15–16.)

### 3.6 Ohjaus tukitoimena

Työttömän elämäntilanne ja työttömyyden syyt vaikuttavat voimakkaasti yksilön kokemuksiin työttömyydestä. Työttömyyden ensimmäisessä vaiheessa, kun työttömyys vaikuttaa yksilöön vielä shokin kaltaisesti, työtön tarvitsee rohkaisua ja uusia ajatuksia tulevaisuuden rakentamiseen. Tällöin ohjauksella on usein merkittävä rooli mielialan kohottajana. Se voi olla yksilö- tai ryhmäohjausta, mutta tavoitteet niissä ovat samoja, kuten psyykkisten voimavarojen, erityisesti itseluottamuksen lisääminen. Ryhmämuotoisessa ohjauksessa tärkeä on tuottaa monelle havainto, että on paljon muita, joiden elämäntilanne on samanlainen. (Tapaninen 2000, 29.)

Ohjauksen ero työnvälitykseen on mm. siinä, että ohjauksesta siirrytään työhön suunnitelmallisesti koulutuksen, työharjoittelun tai jonkun muun toimenpiteen kautta. Tulos riippuu ohjauksesta sekä toimenpiteistä, joihin ohjaaja tukee asiakasta. Ohjauksen lähtökohdat ovat kuitenkin huonot, jos asiakkaan oma motivaatio tai käsitykset ja toiveet eivät kohtaa työmarkkinoiden vaatimuksia. Ohjauksen onnistumisen kannalta onkin merkityksellistä kartoittaa työttömyyden tapauskohtaiset syyt. (Tapaninen 2000, 29, 31.)

Vaikeasti työllistyvien tilannetta ja palveluita selvittävä tutkimuksen toimeksiantajana on toiminut työ- ja elinkeino ministeriö ja se on valmistunut 2011. Tavoitteina tutkimukselle ovat olleet vaikeasti työllistyvien työllistymisen esteiden arviointi, työ- ja elinkeinotoimiston (TE-toimiston) palveluiden tarkoituksenmukaisuuden arviointi kohderyhmälle, palkkatuetun työn roolin arviointi työllistymisen tukemisessa ja näiden tulosten pohjalta kehittämissuosituksien esiin nostaminen palveluiden kehittämiseksi vaikeasti työllistyvien kohderyhmälle. Kyseisessä tutkimuksessa käy ilmi, että tutkimusryhmänä olleet vaikeasti työllistyvät olivat iäkkäämpiä ja koulutustasoltaan alempana kuin muut työttömät. Heidän työllistymisensä esteiksi havaittiin mm. asiakkaiden hyvinvointivaje. Tällä tarkoitettiin työllistymistä heikentäviä tai kokonaan estäviä ongelmia, jotka liittyivät fyysiseen, henkiseen tai sosiaaliseen hyvinvointiin. Suurimpina tekijöinä näistä voi mainita päihderiippuvuuden, elämänhallinnan ongelmat, terveydentilan sekä motivaatio-ongelmat. (Terävä ym. 2011, 11, 96–97.)

TE-toimiston palveluiden tarkoituksenmukaisuudesta eli siitä, saavutetaanko palveluilla toivottuna lopputuloksena työllistyminen avoimille työmarkkinoille, tutkimus ei pysty kiistatta ottamaan kantaa. Useiden TE-toimiston palveluiden käyttö painottuu

työttömyyden alkuvaiheeseen. 5 - 10 osallistumiskerran jälkeen niiden hyöty laskee ja on jopa yhdistettävissä työttömyyden pitkittymiseen. Lisäksi tutkimus toteaa, että henkilöiden tilanteiden arviointi jää TE-toimistossa usein vaillinaiseksi. Tämä osaltaan voi johtaa vääränlaisiin toimenpiteisiin ja asiakkaan motivaation heikkenemiseen. (Terävä ym. 2011, 97–98.)

Tutkimuksen kiinnostavin tutkimustavoite oman tutkimukseni kannalta oli selvittää palkkatuetun työn roolia kohderyhmän työllistämässä. Kuten tutkimuskin esittää, palkkatukitoimenpidettä käytetään etenkin ”kolmannen sektorin työpaikoissa”, kuten säätiöllä, jolle tutkimukseni toteutan. Projektin asiakkaat ovat kaikki palkkatuella työllistettyjä henkilöitä ja osaksi vaikeasti työllistettäviä. Työllistyessään säätiölle asiakkaalle tuodaan esiin, että heillä ei ole mahdollisuutta jatkaa työssä palkkatukijakson jälkeen. Projektin tavoitteena onkin toimia ponnahduslautana avoimille työmarkkinoille palkkatukijakson jälkeen, vahvistamalla osallistuneiden työelämävalmiuksia kokonaisvaltaisesti. Sosiaalisena työllistäjänä säätiölle valikoituu asiakastyöntekijäksi usein sellaisia henkilöitä, jotka eivät fyysisistä, psyykkisistä tai sosiaalisista syistä onnistu sijoittumaan suoraan tai jopa lainkaan avoimille työmarkkinoille.

Työttömän henkilön oma aktiivisuus vaikuttaa vahvasti siihen millaiseen palkkatukityöhön sijoittuu. Yrityksillä ja muilla yksityisen sektorin yhteisöillä palkkatukityö on usein rekrytointikanava, joka voi johtaa pidempiaikaiseen työsuhteeseen. Siksi niille ohjautuu myös työelämävalmiuksiltaan parempia henkilöitä. Tämän hetken huono työllisyystilanne näkyy myös tutkimustuloksissa. Kehittämiskohteena esitetään uusia kokeiluja vaikeasti työllistyvien työllistämiseksi. Uusille palveluille ei niinkään ole tarvetta, vaan tutkimus esittää tärkeämmäksi nykyisen palveluohjausprosessin kehittämisen. (Terävä ym. 2011, 99–103.)

Mervi Tepsan (2012) pro gradu -tutkielman kohteena on ollut selvittää työllistymishankkeen asiakkaiden kokemuksia työllistymisestä sekä hankkeen vaikutuksia työllistymiseen. Lisäksi hän selvitti työn merkitystä kohdeasiakkaille. Tepsa (2012, 38–44, 63–65) toteaa tutkimustuloksissaan, että työ kuuluu osaksi normaalia koettua elämää ja sillä on eniten merkitystä sosiaalisen elämän ja taloudellisen tilanteen kannalta. Työttömyyden puolestaan koettiin vähentävän sosiaalisia kontakteja, heikentävän toimeentuloa, alentavan psyykkistä hyvinvointia ja passivoivan. Työttömyyden koettiin vähentävän myös itsemääräämisoikeutta ja viranomaisten kontrolloivan ja ohjailevan

työttömän tekemisiä. Toisaalta työttömyydessä nähtiin myös positiivisia piirteitä, esimerkiksi lyhyttä työttömyysaikaa pidettiin lomana. Työllistymishankkeen ohjaukseen suhtauduttiin eri tavoin, osa haastelluista koki hyötynensä hankkeen yksilöohjauksesta, osa heistä toivoi yksilöllisempää ja asiakaslähtöisempää työotetta. Ryhmäohjaus koettiin vertaistukena, vaikka kaikki eivät siihen ryhmätoimintaan motivoituneetkaan.

## 4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 4.1 Tutkimusongelma ja tutkimuksen tavoitteet

Opinnäytetyöni tutkimusongelma liittyy aiemmin kuvaamaani laajaan näkemykseen työkyvystä ja siihen, miten projekti-asiakkaat ovat kokeneet saamansa palvelut. Tutkimuksessa kysyn, vastaako projekti sille asetettuihin kunnon kohentamiseen, omasta terveydestä huolehtimiseen ja työttömyyden kokemisen hallintaan liittyviin tavoitteisiin. Vastauksen muodostavat tutkimusryhmän vastaukset.

Organisaation kehittymiseen liittyvä käytännön tavoite on saada tietoa projektin tuloksista haastattelujen sekä mahdollisesti asiakkaiden jatkosuunnitelmien avulla. Näiden tulosten perusteella projektin palveluja on mahdollista edelleen kehittää. Vastatessaan tutkimusongelmaan tutkimus arvioi projektin toimintaa ja kehittää samalla hankkeen toiminnallisia menetelmiä.

### 4.2 Tutkimusryhmä

Tutkimusryhmä on muodostunut projektin alkuvaiheessa siinä mukana olleista asiakkaista. He kaikki työskentelivät tutkimushetkellä jossakin säätiön toimipisteessä palkkatuetussa työssä. Palkkatuella tarkoitetaan työ- ja elinkeinotoimiston myöntämää palkkatukea työttömän työnhakijan palkkaamiseen. Sen tulee edistää kyseisen henkilön sijoittumista avoimille työmarkkinoille. Osallistujiksi projektiin tutkimusryhmän henkilöt on ohjannut oman toimipisteen lähiesimies, tai he ovat lähteneet mukaan projektihenkilöstön: projektipäällikön, terveydenhoitajan tai yksilövalmentajan innostamina. Tutkimusryhmässä on ollut mukana neljä naista ja kuusi miestä. Haastatelluista henkilöistä puolet oli ollut ennen nykyistä työtä enintään vuoden työttömänä. Vastaavasti puolet oli ollut työttömänä vähintään kaksi vuotta ennen nykyistä työtä. Joidenkin henkilöiden taustalla on jopa kuuden vuoden työttömyysjakso, jota ovat jaksottaneet korkeintaan vuoden kestäneet työllistämistukijaksot. Ennen projektin aloitusta

tammikuussa 2012 osa tutkimusryhmästä oli jo aiemmin aloittanut palkkatuetun työn, osa heistä aloitti kevään 2012 aikana. Näin ollen päätin muodostaa tutkimusryhmän toukokuuhun mennessä projektissa aloittaneista asiakkaista. Nämä lähes samat henkilöt haastattelin uudelleen n. puolen vuoden kuluttua ensimmäisestä haastattelusta. Toiseen haastatteluun saattoi vaikuttaa joidenkin työn päättymisen, eikä näin ollen haastattelujen välille jäänyt kuin n. 4 - 5 kuukautta.

#### 4.3 Aineiston keruu

Aineisto on kerätty ja teoria kehitetty tässä opinnäytteessä vuorovaikutteisesti. Tällä tarkoitan aineiston ja teorian vuorottain esiin nostamia toisiinsa liittyviä aihealueita ja niiden tarkempaa avaamista. Tutkimusaineisto koostuu projektiin osallistuneiden asiakkaiden teemahaastatteluista. Teemahaastattelu noudattelee etukäteen valittuja teemoja ja antaa tarvittaessa mahdollisuuden tarkentaviin kysymyksiin. Siinä pysytellään keskeisissä tutkimusta koskevissa teemoissa ja aihepiirit ovat kaikille haastateltaville samat. Teemahaastattelu antaa haastateltavien omalle kerronnalle tilaa. Tässä aineistonhankintamenetelmässä korostetaan henkilöiden omia tulkintoja ja heidän antamiinsa merkityksiä asioille. Tutkimuksen tekeminen on aloitettu mahdollisimman pienin ennakko-oletuksin, vaikka tutkijalla onkin aiempaa kokemusta projektin kaltaisesta toiminnasta. Haastattelurungon rakentaminen edellyttää edes jonkinlaista tietoa tutkitavasta kohteesta. Sen kysymykset nousivatkin esiin työn tutkimuskysymyksistä. (Puusa 2011, 81–82; Eskola & Suoranta 1999, 78–79.)

Haastattelutilana toimi erillinen neuvottelutila, jossa haastattelut voitiin toteuttaa häiriöttä. Haastatteluprosessin aloitin yksilökeskustelulla jokaisen projektiasiakkaan kanssa. Kerroin aluksi itsestäni ja tutkimuksestani. Korostin haastateltaville sitä, että osallistuminen on vapaaehtoista ja kerroin myös, että tutkimustuloksia esitettäessä haastateltavien henkilöllisyydet eivät ole tunnistettavissa. Käsittelin aineistoa nimettömänä ja haastattelut litteroin numerojärjestykseen niiden järjestyksen mukaisesti.

Ensimmäisellä haastattelukerralla kartoitin asiakkaan esitietoja, kuten sukupuoli ja aiempi työttömyysaika. Kysyin haastateltavalta hänen elämäntilanteestaan sekä aikaisemmista vaiheista, jotta projektin tulokset nousisivat jatkohaastatteluissa selkeästi esiin. Pyysin haastateltavia kertomaan vapaamuotoisesti oman tarinansa ajasta, joka edelsi nykyistä palkkatuella työskentelemistä. Lisäksi pyysin heitä kertomaan vapaamuotoisesti toiveistaan, tavoitteistaan ja tulevaisuuden haaveistaan. Haastateltavat oli-



vat hyvin erilaisia siinä, kuinka paljon he kertoivat kokemuksistaan. Tämän vuoksi käytin haastattelussa apuna teemahaastattelulomaketta, jonka avulla tein tarvittavia tarkentavia kysymyksiä. Ensimmäinen haastattelu kesti ajallisesti puolesta tunnista tuntiin. Ensimmäisen haastattelukerran päätteeksi pyysin lupaa jatkohaastatteluihin ja tämän luvan sain jokaiselta haastattelemaltaani henkilöltä. Ensimmäisen haastatteluvaiheen aikana maaliskuusta toukokuuhun haastattelin 10 asiakasta. Koska asiakasohjautuminen projektiin sen aloitusvaiheessa oli melko hidasta, ensimmäisten haastattelujen jakso kesti tästä syystä n. kolme kuukautta.

Jatkohaastattelut tein syys-lokakuun 2012 aikana. Tällä toisella kerralla haastattelin kahdeksaa asiakasta. Kahta ensimmäisessä haastattelussa mukana ollutta ei haastateltu sen vuoksi, että toinen heistä siirtyi opiskelemaan, eikä tieto siitä saavuttanut minua riittävän nopeasti. Toisen henkilön kohdalla työsopimuksen päättymisen vaikutti siihen, ettei haastattelua ehditty toteuttaa.

Toisella haastattelukerralla kysyin osallistujilta heidän omia mielipiteitä projektista, sen toteutuksesta ja mahdollisten tavoitteiden saavuttamisesta. Molemmissa aineistonkeruuvaiheissa selvitin asiakkaan kokemusta työ- ja toimintakyvyn kehityksestään ja tulevaisuuden suunnitelmia sekä kokemuksia ja arvioita hankkeen toimenpiteistä. Haastateltavat eivät välttämättä kertoneet tilanteestaan tarinamuodossa, mutta Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 137) mukaisesti tutkijana loin haastattelujen sisällöistä kertomuksia.

Haastatteluaineiston keräsin tutkimuseettisiä ohjeita noudattaen, haastateltaville on kerrottu etukäteen mistä on kyse, ketään ei ole painostettu osallistumaan, aineisto on säilytetty luottamuksellisesti ja raportoinnin anonymisyys on taattu.

#### 4.4 Tutkimuksen metodologiset lähtökohdat

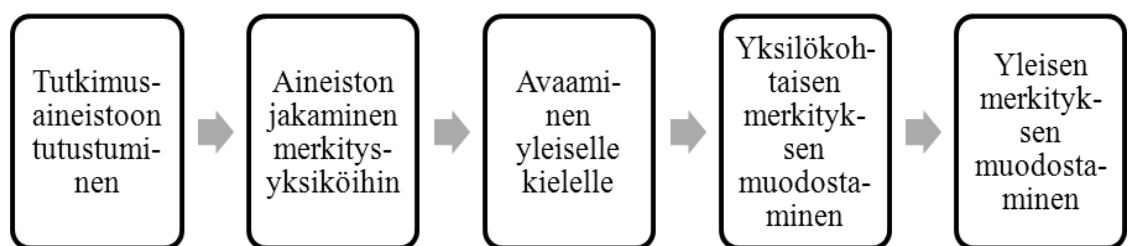
Tämä opinnäytetyö pohjaa kvalitatiiviseen eli laadulliseen tutkimukseen. Siitä löytyy myös elementtejä, jotka viittaavat tutkimuksen taustalla vaikuttavaan fenomenologiseen filosofiaan. Leinonen (2010, 30) toteaa pro gradu -tutkielmassaan, että laadullisen fenomenologisen tutkimuksen tavoitteena on saada aikaan kuvailevaa tietoa sekä yksilön oman näkökulman kautta ymmärtää inhimillistä toimintaa.

Kiviniemi (2010, 70–73) luonnehtii laadullista tutkimusta ongelmanratkaisusarjaksi, koska tutkimusongelma ei ole välttämättä täsmällisesti ilmaistavissa tutkimuksen alussa vaan se täsmentyy koko tutkimuksen ajan. Laadullisessa tutkimuksessa merkityksellistä on kohderyhmälle ominaisen ajattelutavan tavoittelu tutkittavien näkökulmasta, toisin sanoen tutkimuksessa huomio kiinnittyy yksilölliseen merkityksenantoon, jonka tutkittavat henkilöt ilmiöille antavat. Puusan ja Juutin (2011, 47–52) mukaan tutkimuksen laadullinen lähestymistapa tuo esiin todellisuuden ja siitä saatavan tiedon subjektiivista luonnetta ja se painottaa yksittäisiä tapauksia ja korostaa tutkimukseen osallistuvien ihmisten näkökulmia. Laadullisen tutkimuksen huomio keskittyy ihmisten ajatuksiin, tuntoihin, käsityksiin ja tulkintoihin erilaisista asioista. Heidän mukaansa laadullinen tutkimusote soveltuu menetelmäksi silloin, kun tutkittavien ilmiöiden perusta on tajunnassa ja ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Laadulliselle tutkimukselle, kuten muillekin tutkimuksille on ominaista, että se pyrkii liittymään aiempaan tutkimustietoon tutkittavasta ilmiöstä. Usein laadullisen tutkimuksen tavoite on kokonaisvaltaisen ymmärryksen tuottaminen tutkittavasta kohteesta.

Teorialla on laadullisessa tutkimuksessa keskeinen merkitys. Sen avulla tarkastellaan sekä aineistoa että tutkimuksen kokonaisuutta. Aineiston keruun tuleekin lähtökohtaisesti perustua aiemman teorian tiedon varaan. Lopuksi on muistettava, että tutkimustulokset on saatettava vuoropuheluun aiemman tutkimustiedon kanssa, ilman tätä toimenpidettä tutkimusta ei voida pitää tieteellisenä. Laadullisessa tutkimuksessa ei ole helppo kiteyttää tutkimustuloksia. Koska tällainen tutkimus sisältää paljon erilaista tekstiä ja kerrontaa, tulos on usein kertomuspainotteinen. Siksi onkin tärkeä kiinnittää huomiota siihen, millaisen kertomuksen tutkimuskohteestaan tuottaa. Tutkimuksen kirjoittaminen on sekä aineiston analyysiä että analyysin raportointia. (Puusa & Juuti 2011, 52–54; Eskola & Suoranta 1999, 224.)

Fenomenologiassa tutkitaan kokemuksia ja ihmisen suhdetta omaan elämäntodellisuuteen. Varsinainen fenomenologisen tutkimuksen kohde on se merkitys, joista kokemus muotoutuu. Merkitysanalyysin tuloksena tuotetaan selvitys tutkittavan kohteen mahdollisimman monista eri merkitysaspekteista. Näiden merkitysten tutkimuksen taustalla on oletus siitä, että ihmisten toiminta on tarkoituksenmukaisesti suuntautunutta. Fenomenologinen teoria näkee ihmisen perustaltaan yhteisöllisenä, vaikka toteaa myös, että jokainen ihminen on yksilö, vaikka omaakin yhteisön jäsenenä yhteisiä piirteitä. Myös jokaisen yksilöllisyydessä on merkitystä. (Laine 2010, 28–31.)

Kiviniemen (2010, 70–76) mukaan laadullisessa fenomenologisessa tutkimuksessa on luonteavaa, että aineiston keruu ja teorian kehittäminen tapahtuu vuorottain. Aineistolähtöisyys selkiyttää tutkimuskohdetta vähitellen ja nostaa esiin tutkimuksen kannalta merkityksellisiä seikkoja, joihin tutkimuksen edetessä voi syventyä enemmän. Tutkimusaineistoa ja – tehtävää koskevat ratkaisut voivat tarkentua tutkimuksen edetessä. Laineen (2010, 35–36) mukaan merkittävää fenomenologisessa tutkimuksessa on, että siinä tiedostetaan tutkimuskohdetta ennakolta selittäviä malleja, toisin sanoen hyväksytään tutkimukselle joitain teoreettisia lähtökohtia. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että tutkimusta ohjaisi jokin ennalta määritetty teoreettinen malli. Nämä teoreettiset mallit säilyvät tutkimuksen taustalla ja otetaan käyttöön tutkimuksen loppuvaiheessa, jolloin ne toimivat kriittisinä näkökulmina tutkijan tulkintoihin. Varto (1996, 86–89) esittää, että tutkijan tulisi ennakkoluulottomasti, vailla ennakkokäsityksiä, havainnoida tutkittavaa ilmiötä. Varton esittämässä mallissa yksittäisistä ilmiöistä edetään ilmiön kuvailemiseen. Kun tämä on tavoitettu, edetään kuvaamaan sitä, kuinka ilmiö ilmenee ja mikä on sen merkitys tutkijan näkökulmasta. Viimeisimpänä tutkijan tulee mennä tutkimuksessa sellaiselle merkitysten tulkitsemisen alueelle, joka ei välittömästi ole esillä havainnointia varten. Varto käyttää termiä oivaltava havainnoiminen. Hän pitää sitä vaikeana menetelmänä, sillä sen edellytyksenä on irtautuminen ennakkoletuksista ja kohteen tarkastelu avoimesti. Kuvassa 1 on esitetty fenomenologiseen näkemykseen perustuvan tutkimuksen kulku.



Kuva 1. Fenomenologisen tutkimuksen kulku (Metsämuuronen 2008)

Laineen (2010, 36–37) mukaan jokaisessa tutkimuksessa tutkija kohtaa hermeneuttisen kehän ongelman. Hermeneuttisella kehällä tarkoitetaan vuoropuhelua tutkimusaineiston kanssa. Kehän alussa tehdään välittömiä tulkintoja. Tätä esiymmärrystä muodostuu aineiston hankkimisen aikana, haastateltavaa kuunnellessa. Muodostuneesta

esiymmärryksestä pyritään kuitenkin eroon kriittisen reflektion keinoin. Tämän jälkeen palataan aineiston pariin ja arvioidaan toisen kertomusta uusin silmin. Kriittisen etäisyyden jälkeen aineistosta tulisi nousta esiin sellaisia asioita, joihin ei aiemmin ole kiinnitetty huomiota ja joita ei pidetty merkityksellisinä. Tämän vaiheen aikana luodaan uusi tulkinta toisen ilmaisujen merkityksille. Saadun aineiston pohjalta esitetään tulkintaehdotus ja arvio siitä, mitä toinen on ilmaisullaan tarkoittanut. (Poutanen 2012.)

Tässä tutkimuksessa tiedonkeruun menetelmänä on käytetty teemahaastattelua, koska tavoitteena on ollut tutkia hankkeen vaikutuksia mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Metodologisesti teemahaastattelussa tuodaan esiin ihmisten omia kokemuksia ja heidän niille antamiaan merkityksiä ja pyritään saavuttamaan merkityksellisiä vastauksia tutkimusongelmaan. Teemahaastattelussa tutkija ja haastateltava ovat suorassa vuorovaikutuksessa, joten tilanne luo paljon mahdollisuuksia esimerkiksi lisäkysymyksille. Haastattelijä voi suunnata kysymykset ja lisäkysymykset niin, että haastattelusta saadaan mahdollisimman paljon tutkimuksen kannalta olennaista tietoa. Haastattelu menetelmänä tuo tutkittavien äänen kuuluviin, joka on tärkeänä tavoitteena tässä opinäytetyössä. Myös teemahaastattelussa on mahdollista tuoda esiin tarinallisia merkityksiä. Haastateltavan kerronnasta voi tuoda esiin pieniä kertomuksia, joihin voi käyttää narratiivista analyysia. (Hirsjärvi 2000, 195; Tuomi & Sarajärvi 2009, 75; Hänninen 2010, 164–165.)

Haastatteluissa henkilöiltä on kysytty kokemuksia heidän toimintakyvystään, itsenäisestä selviytymisestään, hyvinvoinnistaan ja työllisyyden edistämisestään. Tarkoituksena kuitenkin on ollut, että haastateltavat ovat saaneet mahdollisimman vapaasti narratiivin tapaan, omin sanoin, kertoa haastattelun teema-alueista. Haastattelun etuna on mm. se, että haastateltavalla on mahdollisuus tuoda esiin itseään koskevia asioita avoimestikin. Narratiivisen tutkimusprosessissa haastattelussa huomio on tutkittavan näkökulmassa ja siinä, mitä merkityksiä haastateltava antaa tapahtumille ja kokemuksille. Näiden materiaalien pohjalta tutkija rakentaa oman tulkintansa haastateltavien narratiiveista. (Kohonen 2011, 201–202.)

Koska tutkimusaineisto sisältää teemahaastatteluaineistolle sallittua vapaamuotoista kerrottua tarinaa, tutkimuksessa on käytetty myös narratiivisen tutkimusprosessin piirteitä. Olen kiinnittänyt huomiota tutkittavan näkökulmaan ja siihen mitä merkityksiä

hän on kokemuksille antanut. Näiden materiaalien pohjalta olen muodostanut oman tutkijan tulkintani haastateltavien kertomuksista.

Vilma Hänninen (2003, 19–20, 53–54) on erotellut tarinallisuuden eri ilmenemismuotoja mahdollistaakseen tarinallisuuden ulottuvuuksien jäsentämisen. Erottelun avulla voidaan kartoittaa narratiivisen tutkimuksen laajaa kenttää. Yksi tarinallisuuden ilmenemismuodoista on esitys, jolla viitataan toisille ihmisille kerrottuun tarinaan. Toiselle tarinallisuuden ilmenemismuodolle Hänninen esittää käsitteen sisäinen tarina. Tällä hän tarkoittaa elämän jäsentymistä tarinoiden muotoon. Sisäisen tarinan avulla voidaan tulkita elämän tapahtumia ja antaa niille merkityksiä. Sisäiset tarinat voivat sisältää tavoitteita niistä voi muodostua projekteja, joiden kaikkien toteuttaminen voi olla haasteellista, jopa mahdotonta. Kolmanneksi ilmenemismuodoksi tarinallisuudelle mainitaan elettyvä elämä. Ihmiset pyrkivät toiminnassaan toteuttamaan sisäisen tarinansa viitoittamaa suunnitelmaa. Kohonen (2011, 202–203) erottelee useampia narratiivisen tutkimuksen analyysitapoja. Analyysin kohteena voi olla tarinan merkitys, sen sisältö, tarinan rakenne, sen rakenteelliset ja kielelliset elementit, vuorovaikutuksellinen konteksti, jossa huomio kiinnitetään haastateltavan ja tutkijan väliseen dialogiin tai tarinan esittäminen, jossa huomion kohteena ovat eleet, ilmeet, äänenpainot yms. Tutkijan tavoitteena niin narratiivisessa kuin yleisemmin laadullisessa tutkimuksessaakin, on ”antaa ääni” haastateltaville. On merkityksellistä nostaa esiin ja välittää haastateltavien kokemus ja merkityksenanto.

Tarinallinen eli narratiivinen lähestymistapa toimii tutkimuksessa kahdella tavalla; se on sekä tutkimuksen lähtökohta että lopputulos. Narratiivisuudella voidaan kuvata tutkimusaineiston luonnetta. Tällä viitataan kerrontaan tekstilajina. Narratiivisessa tutkimuksessa kiinnitetään huomiota siihen, millä tavalla kertojat antavat merkityksiä asioille tarinoidensa kautta. Narratiivisen tutkimusotteen avulla saadaan asiakkaiden oma ääni kuuluviin. Aineiston analyysitapa on tulkinnallinen ja ymmärrykseen pyrkivä. (Heikkinen 2001, 129.)

Nikkasen (2006, 27, 32) mukaan narratiivinen lähestymistapa sopii ihmistutkimukseen, jossa ihmistä tarkastellaan aktiivisena ja merkityksiä antavana toimijana. Sosiaaliantyössä asiakkaan ja työntekijän kohtaamisissa ja keskusteluissa on kyse myös asiakkaan elämäntilanteen kartoituksesta sekä toisaalta ratkaisujen ja voimavarojen luomisesta. Tieto muodostuu dialogisesti. Narratiivisen tutkimuksen tavoitteena ei ole

objektiivinen tai yleistettävä tieto, vaan paikallinen, henkilökohtainen ja subjektiivinen tieto. Tämä onkin keskeisin ero laadullisen ja narratiivisen tutkimuksen välillä. Narratiivista analyysitapaa on tässä opinnäytteessä käytetty erityisesti tulevaisuuden haaveilun analysointiin. (Heikkinen 2001, 130.)

#### 4.5 Aineiston analyysi

Hirsjärvi ja Hurme (2000, 136) toteavat analyysin alkavan usein jo haastattelutilanteessa. Tutkija saattaa jo haastattellessaan tehdä havaintoja ilmiöistä niiden määrän ja tapausten perusteella. Aineistoa analysoitaessa eivät ensimmäiset tulokset ole välttämättä lopullisia, mutta ne auttavat tutkimuksen kehittämisessä ja tutkimuksessa eteenpäin. On tyypillistä, että aineiston analysoinnin aluksi siitä nousee esiin toistuvia teemoja. Näistä havainnoista voidaan muodostaa hypoteeseja, joita testataan tutkimuksen edetessä. Käytännöllisen ongelman ratkaisemiseksi teemoittelua suositellaan aineiston analysointitavaksi. Tällöin tarinoista kerätään tutkimusongelman kannalta olennaista tietoa. Onnistuakseen teemoittelu edellyttää teorian ja käytännön vuorovaikutusta, joka ilmenee niiden lomittumisena toisiinsa tutkimustekstissä. Teemoittelulla tarkoitetaan aineiston jäsentämistä keskeisten aiheiden mukaisesti ja sitten sen pelkistämistä. Tämä jäsentely voi noudattaa myös aineistonkeruussa käytettyä haastattelurunkoa. Tätä tapaa on käytetty tässä opinnäytteessä. Teemojen avulla pyritään tunnistamaan samankaltaisia osia haastatteluista. (Kiviniemi 2010, 75; Eskola & Vastamäki 2001, 41; Robson 2001, 177; Eskola & Suoranta 1999, 175–181.)

Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2004, 210) mukaan laadullinen aineisto on suositeltavaa kirjoittaa sanasanaisesti puhtaaksi eli litteroida. Tämä voidaan tehdä koko kerätyistä aineistosta tai valikoiden, esimerkiksi eri teemojen mukaan. Tässä työssä auki kirjoitin haastattelut niin, että aluksi kirjasin haastatteluista kaiken ja sen jälkeen järjestin tekstiä alleviivaamalla ne osat, jotka liittyivät tutkimusaiheeseen. Näistä teksteistä nousi esiin erilaisia asiakokonaisuuksia, joiden perusteella aineisto jakautui teemoihin tutkijan tulkintani mukaan. Järjestys noudatteli hyvin pitkälle teemahaastattelun runkoa. Vaikka haastateltavat eivät ilmaisseetkaan samankaltaisia asioita samoin sanoin, olen koodannut ne Hirsjärveä ja Hurmetta (2000, 173) mukaellen samaan luokkaan. Nämä esille nousseet teemat liittyivät psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin, toimijuuteen sekä työn merkitykseen ja niitä käsitellään omina koko-

naisuuksina tutkimustuloksissa. Teemojen avulla vastaan tutkimuskysymyksiin ja tekstisitaatit kuvaavat konkreettisesti haastateltujen kokemuksia.

Tässä opinnäytetyössä ei valittu teorialähtöistä analyysitapaa, vaan aloitin analyysin mahdollisimman aineistolähtöisesti. Analyysiprosessi ajautui kuitenkin huomaamatta teoriaohjaavaksi analyysiksi. Se etenee samaan tapaan kuin aineistolähtöinen analyysi, mutta sen loppuvaiheessa tutkija tuo esille aiemmasta teoriasta tuotettuja käsitteitä. Tässä tutkimuksessa se tarkoittaa merkityskokonaisuuksia, jotka olen teoriaohjaavasti teemoitellut. Nämä teemat kuvaavat ilmiöitä, jotka olivat yhteisiä vastaajille ja niiden avulla pyrin esittämään aineiston olennaisen sisällön tiivistetysti. (Tuomi 2007, 130–131; Puusa 2011, 120–122; Poutanen 2012.)

Niin laadulliseen kuin fenomenologiseen tutkimukseen kuuluu, että aineistoa kerätään vaihteittain sekä eri menetelmin. Tästä syystä myös analyysiä tehdään koko tutkimuksen ajan. Tämä vuorottelu lisää tutkimuksen joustavuutta ja mahdollistaa muutosten tekemiset aineistoa kerättyä, kuten esim. tutkija voi kasvattaa haastateltavien joukkoa. Puusan (2011, 115) mukaan analyysi ja synteesi yhdistyvät laadullisen tutkimuksen analysoinnissa. Tällä tarkoitetaan kerätyn aineiston jakamista osiin valitun menetelmän mukaisesti, jonka jälkeen tutkija muodostaa aineistosta synteesejä ja kokoaa sen uudelleen. Näin kokoamastaan aineistosta tutkija tekee johtopäätöksiä ja esittää ne raportissaan tutkimustuloksina. Analyysivaiheeseen on keskityttävä huolellisesti, jotta aineiston perusteella voitaisiin luoda uutta teoriaa tai tuottaa uutta tietoa. (Puusa 2011, 114–115; Laine 2010, 40.)

Hirsjärven ja Hurmeen (2000,137) mukaan haastattelun merkitysanalyysin tuloksena voi olla merkitysten luominen, niiden tiivistäminen tai narratiivi. Tutkija voi luoda kertomuksen haastattelun sisällöistä, vaikka sitä ei haastattelussa olisi esiintynyt. Narratiivista analyysia voidaan verrata laadullisen aineiston analyysiin luokitteluineen ja muine kategorisointineen. Tässä tutkimuksessa aineisto on analysoitu haastatteluteemoittain ja sen jälkeen olen tiivistänyt teemoista niiden keskeisen annin. Teemoittelussa olen koonnut yhteen haastateltavien kertomusten yhteisiä piirteitä ja pyrkinyt tulkitsemaan niitä merkityksiä, joita haastateltavat ovat elämästään ja tilanteestaan tuoneet esiin. Teemoista nostan esiin tyypivastauksia, joiden avulla voi saada käsityksen siitä, millaisia tyypillisiä vastauksia aineistoon sisältyy. Haastattelujen lainaukset on kursivoitu. Merkityksiä tulkittaessa tutkija pyrkii löytämään aineistosta myös

sellaisia piirteitä, joita ei suoranaisesti ole tekstissä lausuttuna. Tulkinta on spekulatiivista ja tutkijalla on tietty näkökulma, josta tilannetta tarkastelee. (Menetelmäopetuksen tietovaranto.)

Jotta tutkimustulos ei jäisi hajanaiseksi, tuon määrittelemäni merkityskokonaisuudet fenomenologisen näkökulman mukaisesti tutkimustuloksissa yhteen. Laineen (2010, 44) mukaan fenomenologisen tutkimuksen tavoite on laajentaa tietoamme jostakin elämään liittyvästä konkreettisesta ilmiöstä, kuten tässä opinnäytteessä työn ja sen puutteen merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille. Toiminnan kehittämiseksi on ymmärrettävä ensin olemassa olevien toimintatapojen merkitys. Tässä työssä haastattelut on analysoitu siitä näkökulmasta, millaisia tarinoita ne ilmentävät. Jaottelu on tehty tutkijan valinnalla ja sitä on ohjannut induktiivinen päättely, joka etenee yksityiskohtaisesta tiedosta yleistykseen. Kertomuksissa havaitsin yhtymäkohtia monella osa-alueella, kuten elämänhallinnassa ja psyykkisessä sekä fyysisessä hyvinvoinnissa.

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

### 5.1 Tutkimusryhmän tavoitteet tutkimuksen alussa

Ensimmäisten haastattelujen aikaan projektiin liittyviä tapaamisia haastatelluilla henkilöillä ei ollut vielä toteutunut montaakaan ja suhtautuminen projektiin oli avointa ja odottavaa. Palkkatukityösuhde oli myös melko uusi ja toisaalta työttömyyden kokemukset vielä tuoreessa muistissa. Työttömyysajasta puhuminen ei vaikuttanut ahdistavan haastateltavia, vaikka monet heistä kuvasivatkin aikaa pitkäksi ja tapahtumaköyhäksi.

Haastatellut kokivat työttömyyden taloudellisesti tiukempaan aikana, mutta huomattavan merkitsevää oli, kuinka työttömyyden koettiin kapeuttavan sosiaalisia verkostoja. Erityisesti pidempään työttömänä olleet kertoivat, kuinka heidän kokemansa sosiaalinen verkosto pieneni ajan kuluessa. Lähipiiri jakautui työssä käyviin ja työttömiin. Kontaktit työssäkäyviin ystäviin vähenivät, koska yhteistä aikaa ei koettu löytyvän. Toisaalta työttömät ystävät jakoivat samoja yksinäisyyden ongelmia ja heidän kanssaan ei tästä syystä haluttu viettää aikaa. Työttömyyden vaikutuksista sosiaalisiin verkostoihin eräs haastatelluista totesi näin:



*” ... työttömyysjaksoja on ollu koko ajan ja mitä enemmän tuli aikuisemmaksi, niin enemmän oli luovuttamisen tunne, ei viitsi yrittää, ehkä häpeääkin. Elinpiiri kapeni, nyt oon xx-vuotta, ei voi enää jatkua näin..., ...tarvii muutosta elämään, ettei enää ajaudu pitkään työttömyyteen.”*

Monet haastatelluista kokivat oman toimijuutensa vähentyneen, ajoittaiset harrastukset kuten kuntosalilla käynnit ja kotitöihin muodostuneet rutiinit rytmittivät viikkoa, mutta kaikilla ei ollut edes näitä. Suurimmiksi työttömyyden negatiivisiksi puoliksi koettiin toimettomuus, liika aika ja heikko taloudellinen tilanne. Tämä tuli erityisesti esiin yksin elävien ja nuorempien haastateltavien kertomuksissa:

*”Työtön aika oli tylsää.”*

*”Kotiin on helppo jäädä.”*

*”Ehkä sitä jossain määrin passivoitu, kun kotona muodostu omat rutiinit.”*

*”Tein pitkään pätkätöitä, mutta oli niitä pitkiä työttömyysjaksojakin, kerrankin puoltoist vuotta, se alko jo tuntumaan.”*

Positiivisia puoliakin työttömyydessä nähtiin. Näitä arviointeja esittivät kuitenkin pääsääntöisesti vain naiset, parisuhteessa elävät tai perheelliset haastatellut. He olivat aktiivisia toimijoita omassa ympäristössään ja omasivat riittävästi voimavaroja osallistumiseen myös kodin ulkopuoliseen toimintaan. Näiden vastaajien kohdalla voidaan todeta, että työttömyys ei aiheuta niin kokonaisvaltaista hyvinvoinninlaskua ja elinpiirin kapenemista, kuin yhden henkilön talouksissa:

*”...en kerennyt tekemään kaikkea mitä pitäisi, oon niin kova tekemään ja puuhastelemaan, käsitöitä ja puutarhatöitä...”*

*”...viihdyin kotona...”*

Projektiin osallistuminen on ollut vapaa-ehtoista. Monet haastatellut kokivat, että *”tuskin siitä haittaakaan on”*. Jonkun mielestä oli myönteistä se, että pääsi työajalla kuntosalille. Tämä oli myös työhyvinvointia lisäävä tekijä. Projektin hyödyiksi toivot-

tiin terveystietoon liittyvän tiedon kuten terveelliseen ravintoon ja painon hallintaan liittyvän tiedon lisääminen, yhdessä tekeminen sekä työn etsimisen tukeminen. Selvää on, että kaikki eivät arvioineet projektin ryhmätoimintoja itselleen tarpeellisiksi, mutta uskoivat osallistuvansa niihin siitä huolimatta:

*”No mul oli ensin toisenlainen käsitys...”, ”...että onkin sosiaalista yhdessäoloa, luulin enemmän työllistymiseen tähtääväksi. Ymmärrän kyl ryhmätoiminnan merkityksen niille, ketkä sitä tarvii. Käyn jo muutenkin jumpassa, enkä siksi tarvi ryhmää kaikkeen liikuntaan.”*

*”Ainahan epäilyksiä on, mut en sano niistä.”*

*”Taas yksi tällänen projekti, mut oon ennakkoluuloton.”*

Osa haastatelluista koki ryhmän tuen erittäin tärkeäksi:

*”Mieleenkin positiivisesti vaikuttaa, kun yhdessä mennään.”*

*”Yksin ei tule lähdettyä, kiva kokeilla kaikkea uutta.”*

Neljän haastatellun henkilökohtaisena tavoitteena projektiin osallistumiselle oli tulevaisuuden suunnitelmien selkiytyminen. Tämän tavoitteen näen positiivisena asennoitumisena tulevaisuuteen siten, että haastatellut näkivät itsensä tulevaisuudessa esimerkiksi uudelleen koulutuksessa tai muutoin kokeilemassa itselleen uusia ja vieraita ammattialoja. Haastatelluista kahdeksan uskoikin olevansa myös vuoden kuluttua palkkatyössä tai opiskelemassa. Kaksi henkilöä arveli olevansa palkkatukityön päättymisen jälkeen työttömänä niin kauan, kunnes jälleen on mahdollisuus palkkatuetuun työhön.

Moni haastatelluista odotti yksilöohjaukselta erityisen paljon. Erityisesti yksilövalmentajan toteuttamaa työhönvalmennusta pidettiin tärkeänä ja sille asetettiin odotuksia jatkosuunnitelmien selkiytymiseksi:

*”..selviäisi, mitä ”isona” ryhtyisi tekemään.”*

*”Työn etsiminen arveluttaa.”*

*”...työhomman kartoitus, aina oon kyllä töitä saannu, mut haaveena on, ett työ ois hyvä, vois sekottaa työn ja vapaa-ajan.”*

*”Voisin olla opiskelemassa tai työelämässä, mut toistaseksi ei oo ollu toiveammattia, mut mitä jos tän jälkeen ei tuukkaan mitään?”*

Työhönvalmennuksen odotettiin edellisten ja muiden samankaltaisten vastausten perusteella löytävän ja ohjaavan osallistujille uuden suunnan työelämään. Vaikka nykyiseen työtehtävään oltiin tyytyväisiä, odotettiin työhönvalmennuksen tukevan työn jatkumista pidempään tai vaihtoehtoisesti työpaikan löytyvän nykyisen työn jatkumoksi jossakin muualla avoimilla työmarkkinoilla. Toisaalta epävarmuus näyttäytyy ”mitä, jos tästä ei tuukkaan mitään” – tyyppisissä vastauksissa. Syynä voi olla työttömyyden negatiivisen kokemuksen aikaan saama vahva vaikutus koettuun toimijuuteen ja omiin valmiuksiin niin työntekijänä kuin työnhakijana. Toisaalta näissä vastauksissa näkyy myös pettymysten pelko.

Tutkimuksen kohteena olevan projektin tavoitteena on saattaa pitkään työttömänä olleiden henkilöiden terveyskunto, toimintakyky ja työelämätaidot sellaiselle tasolle, että pääsy avoimille työmarkkinoille helpottuu. Haastateltavien omat tavoitteet on jaettu kolmeen eri pääasialliseen teemaan ja ne on esitetty seuraavassa taulukossa. Taulukot 1 ja 2 on laadittu Tepsaa (2012) mukaellen.

Taulukko 1. Haastateltavien tavoitteet projektin alussa

<b>Fyysisen hyvinvoinnin tavoitteet</b>	<b>Psyykkisen hyvinvoinnin tavoitteet</b>	<b>Sosiaalisen hyvinvoinnin tavoitteet</b>
Terveelliset elämäntavat Terveysliikunnan lisääntyminen Painonhallinta	Itseluottamuksen lisääntyminen Vertaistuki	Opiskelu- tai työelämävalmiuksien lisääntyminen Työyhteisön jäsenyys Vuorovaikutustaitojen kehittäminen

## 5.2 Psyko-fyysinen hyvinvoinnin kokeminen

Projektin aloitusvaiheessa tietynlainen sopeutuminen ja työttömyyden hyväksyminen oli havaittavissa useilla asiakkailla. Monet totesivatkin, että ”työtä ei vaan ole” ja he

elivät tässä tilanteessa. Työn etsiminen oli haasteellista ja koska varmuutta omista työelämävalmiuksista ei ollut, työn aktiivinen hakeminen jäi. Eräs haastatelluista toivoikin saavansa projektilta lisää itsevarmuutta ja valmiuksia omien asioiden edistämiseen, kuvaten sen hetkistä tilannettaan:

*” Että pystysin ilmaisemaan omia asioita vahvemmin...”, ”...saatan lähteä pois huoneesta... (pyyhkii silmiään)...”, ”pitäis yrittää pitää omien asioiden puolia sillee jämäkästi.”*

Tämän kaltainen suhtautuminen työttömyyteen, jopa alistuminen siihen, vaikutti lisäävän psyykkisen hyvinvoinnin laskua. Masennuksen merkkejä voi havaita haastateltujen kertomuksissa. Lausahdus siitä, että kotoa pois lähteminen päivittäisille asioille alkoi muodostua haasteelliseksi, kertoo siitä, että syrjäytymisen ja mielenterveysongelmien riski on lähellä.

Työttömyyden seuraukseksi voidaan arvioida myös itsetunnon lasku. Haastatellun toteamus:

*”ajattelen aina, mitä muut musta ajattelee”*

kuvaa kuinka työttömyyden seurauksena itseä ei koettu tasavertaiseksi yhteiskunnan jäseneksi ja ajateltiin työttömyyden näkyvän ulospäin. Heikentynyt itsetunto tuli esiin haastateltavien epävarmuudessa omasta työkyvystään ja aktiivisuudesta työnhakuun. Tämä tietynlainen arvottomuuden tunne liittyi masennusoireiluun.

Psyykkisen hyvinvoinnin edistyminen näkyy työssä ja ryhmätoiminnoissa tapahtuneiden onnistumisten kokemusten kautta voimaantumisenä. Haastatellut arvioivat jatkosakin projektiin osallistumisen jälkeen rohkenevansa lähteä yksin kuntosalille ja uuden harrastusten pariin. Uuden aloittamista ei koeta niin haasteellisena kuin aiemmin.

Lisäksi psyykkisen hyvinvoinnin edistyminen joidenkin haastateltujen kohdalla on havaittavissa myös ulkoisesti. Toisessa haastattelutapaamisessa katsekontakti pysyy pitempään eikä kerronta ole katkonaista. Yhä harvemmin esiintyy ”emmä tiä” tai ”en osaa sanoo” -vastauksia. Tilanne ei siis ole enää ”ihan sama” vaan oma subjektiivisuus on vahvistunut ainakin sen verran, että hahmotetaan se, mikä tulevaisuudessa olisi tärkeää, jos sitä ei aluksi osattu arvioida lainkaan.

Fyysinen hyvinvointi on haastateltavien kertomusten valossa vahvasti yhteydessä psyykkiseen hyvinvointiin. Fyysiseen huolenpitoon omasta kehosta ja terveydestä ei ole riittänyt voimavaroja, vaikka siihen olisi ollut aikaa. Haastatelluista ei kuitenkaan kukaan tuonut esiin sellaista somaattista oiretta tai sairautta, että olisi projektin keinoin toivonut saavansa siihen apua. Ainoastaan painonhallinnan ongelmat tulevat esiin monissa kertomuksissa, ne tiedostetaan, samoin kuin tarve liikuntaharrastuksen aloittamiselle.

Vaikka ennakkoluuloja projektin ryhmätoimintoja kohtaan aluksi olikin, ne suurelta osin hälvenivät projektin edetessä. Voi kuitenkin pohtia sitä, mikä mahdollisia negatiivisia tunteita aiheutti. Yksin eläjien voi arvella yksinäisyyden muodostaneen vahvan olotilan, jota voi olla vaikea avata muille. Toisaalta mahdolliset huonot kokemukset aiemmista ryhmätoiminnoista ovat voineet leimata muutkin ryhmät epämieluisiksi:

*Taas yksi tällainen projekti, mutta oon ennakkoluuloton, katotaan...”*

*”En tarvi ryhmää kaikkeen liikuntaan.”*

Ryhmätoimien hyödyksi arvioitiin erityisesti yhdessä tekeminen. Kannustava ryhmähenki ja samankaltaiset tavoitteet motivoivat osallistumaan:

*”Oon huomannut, että pystyn kunnon kohotukseen.”*

*”En ole pitänyt itseäni liikunnallisena. Oikeestaan nyt liikunkin enemmän. Nyt on kiva lähteä kokeilemaan. Yksin ei tuu lähdettyä ja ryhmässä on enemmän kannustajia.”*

Toisella haastattelukerralla mahdollisen painonhallintatavoitteen asettaneet henkilöt eivät pitäneet tuloksia tärkeinä. Myöskään ensimmäisellä kerralla mahdollisesti puheeksi otettuun kohonneeseen verenpaineeseen ja sen seurantaan projektin aikana ei palattu teemana toisessa haastattelussa. Vaikka projektin aikana muutamia kiloja painoa pudotettiin, sitä tärkeämmäksi koettiin yhteinen ryhmä ja sen sosiaalinen verkosto. Se, että muut osallistujat tsemppasivat kilojen kanssa kamppaillutta, koettiin hyväksi erityisesti juuri muiden antaman positiivisen kannustuksen vuoksi. Toisen antava positiivinen huomio tuki vahvasti itsetuntoa ja lujitti osallisuutta kaikilla, mutta vahvimmin niillä henkilöillä, joilla sosiaalinen verkosto oli ollut pienempi.

Fyysisen kunnon koettiin kohonneen projektin aikana. Liikuntaharrastusta jatkettiin myös vapaa-ajalla, koska siitä saatua hyvää oloa haluttiin ylläpitää, eikä liikuntasuoritus jäänyt näin ollen 2 - 4 kertaa kuukaudessa toteutuneeseen liikuntaryhmään. Muutamat haastateltavat arvioivat jatkossa kokeilevansa itsenäisesti uusiakin liikuntamuotoja. Itsetunnon lisääntyminen näkyy myös tässä luottavaisemmassa suhtautumisessa omiin valmiuksiin osallistumisessa uusien asioiden ja harrastusten äärellä.

### 5.3 Kokemuksellinen hyvinvointi ja voimaantuminen

Tässä opinnäytteessä voimaantuminen tulkitaan erityisesti itsestä lähteväksi prosessiksi, johon projektin menetelmät ovat luoneet suuntaviivoja ja toimineet aktivoijina. Yksilöiden ja heidän identiteettien kannalta voimaantuminen tulee esiin erityisesti siinä, että se on aikaansaanut sekä sisäisiä että ulkoisia muutoksia. Tietoisuuden lisääntyminen omasta itsestä ja omista mahdollisuuksista on vahvistanut yksilöiden identiteettiä sekä työelämäänsuuntaamisen suuntaan kuin myös vaikuttamiseen ja aktiiviseen osallisuuteen omassa toimintaympäristössä. Hyvinvointia koetaan arjessa tyytyväisyytenä omaan sen hetkiseen elämäntilanteeseen:

*”Kyllä miusta tuntuu että mie oon nyt niin jotenkii rohkeempi. Sillon ku mie alotin, olin vaan tuolla tekstiilipuolella (varaston puoli, jossa lajitellaan ja hinnoitellaan, ei juurikaan asiakaskontakteja), sinne pääs aina niiku karkuun. Mut sit mie jotenkin vaan kiinnostuin tuosta kassatyöstä ja vähä katoinkin vieressä. Mie luulin etten mie opi mitään, mut sitten se vaan sujukin ihan hyvin. Ja nyt mie juttelen asiakkaitten kanssa ja ne on jo ihan sillee niiku tuttuja.*

*”En tiijä olisinko ihan vielä esimerkiksi Citymarketin kassalla. Jossaan pikku kaupassa mie voisin ehkä olla.”*

*”Työhönvalmennus tuki osaltaan sille alalle suuntautumista, jota oon jo pitkään miettiny. Nyt mä luulen, ett kannattaa kokeilla.”*

Nämä kommentit kertovat myös itsetunnon ja elämänlaadun kohenemisesta niin työyhteisöön kuulumisen kuin projektin tuloksina.

Taulukkoon 2 on kirjattu niitä keskeisimpiä tuloksia, joita haastatellut kokivat saavuttaneensa projektin tuloksena.

Taulukko 2. Haastateltavien tavoitteiden toteutuminen

Fyysinen hyvinvointi	Psyykinen hyvinvointi	Sosiaalinen hyvinvointi
Liikuntaharrastuksen aloittaminen ja ylläpitäminen Terveellisempi ruokavalio Painonpudotus	Itseluottamuksen lisääntyminen Osallistuminen kodin ja työn ulkopuoliseen toimintaan	Itsenäinen työnhaku Tulevaisuuden suunnitelmien selkiytyminen työn suhteen

#### 5.4 Työn merkitys

Niin ensimmäisellä kuin toisella haastattelukierroksellakin jokainen haastateltava piti työtä merkityksellisenä itselleen. Työ takasi ensisijaisesti toimeentulon ja toissijaisesti kiinnitti osaksi normaaliksi koettua arkea. Työtä tavoiteltiin ja sitä haluttiin tehdä. Sen avulla päivät saivat sisältöä ja arki rytmittyi merkityksellisemmin kuin työttömänä aikana. Myös oma toiminta työyhteisössä koettiin arvokkaaksi:

*”Työkaverit on tärkeitä, niistä on tullu jo ihan ystäviä.”*

Työssä tarvittavan tiedon ja taidon hallinnan tuloksena saadaan onnistumisen kokemuksia, jotka osaltaan rikastuttavat elämää. Työn tekemistä arvostetaan:

*”...kaikki aina aattelee, ett työttömyys on paha asia. Ja onhan se tietty niinkin, kun on kakarasta asti kasvatettu työntekoon, niin vaikialta on tuntunu olla ilman työtä, jotenkin syylliseltä.”*

Kaikki haastateltavat olivat avoimia työelämälle ja uusien työtehtävien kokeilemiseen, mikäli siihen tulisi mahdollisuus. Muutamat kuitenkin myös totesivat voivansa jälleen odottaa vuoden, jolloin olisivat uudelleen oikeutettuja palkkatuettuun työhön. Kysyttäessä syytä tähän, siihen ei osattu vastata. Epäselväksi jäi myös se, onko pitkittynyt työttömyys saanut aikaan sen, että ei enää edes nähdä itseä muunlaisessa työssä ja

palkkatukityö tutussa työympäristössä osaltaan antaa riittävän hyvinvoinnin kokemuksen, jota jaksetaan odottaa.

Työn merkitys nousee esiin myös merkityksen antajana elämänhallinnassa. Työhön kiinnittymisen koettiin lisäävän hyvinvointia kaikilla osa-alueilla. Työ on sosiaalisesti merkittävää, työyhteisöön kuuluminen laajentaa omaa sosiaalisen toiminnan kenttää. Työ koetaan kuuluvaksi normaaliin arkeen ja sen myötä koetaan olevan hyväksyttävämpiä yhteiskunnan jäseniä.

Työn avulla arkielämä rytmittyy työhön ja vapaa-aikaan. Haastateltavat arvioivat viikonloppujen saaneen toisenlaisen merkityksen heidän elämässään, ne koettiin ansaituiksi. Myös väsymys työpäivän jälkeen tuntui heidän mielestään hyvältä, se oli seurausta jostakin merkityksellisestä ja tärkeästä tekemisestä:

*Nyt kun on säännöllinen rytmi, jos jää työttömäksi... ajatus ihan ahistaa, kun on päässy kiinni johonkin, mikä on tärkeää.”*

*”Tulee semmonen arvoton olo, toisaalta sopeutuuhan sinne kotiin jäämiseen, mut sitten on taas vaikeampi lähteä minnekään.”*

Vaikka tutkimusten mukaan suhtautuminen työhön ja työn tekemiseen on muuttumassa, se ei käynyt esiin tässä tutkimuksessa. Selittävinä tekijöinä voi olla, että vastaajista 90 % oli yli 25-vuotiaita ja se, että vastaajilla on taustalla riittävästi koettua työtöntä aikaa, jolloin tyytyväisyys työhön ja työssäoloon on melko korkealla.

## 5.5 Tulevaisuuden haaveilu

Haastateltavia kehoitettiin tulevaisuuden haaveiluun molemmilla haastattelukerroilla. Tässä tutkimuksessa sillä tarkoitetaan tulevaisuuteen suuntaavaa arviointia ja jatko-suunnitelman haaveilua. Kuten aiemmin totesin, lähes jokainen haastateltava arvioi aluksi, että haluaa olla projektin päättymisen ja oman palkkatukijakson jälkeen edelleen työelämässä. Toisella kerralla tämä yleinen näkemys oli edelleen vahvistunut:

*”Tää on nyt eräänlainen tietyn ajan päätepiste. Mä oon nyt tienhaarassa ja jatkossa teen sitä mikä hyvältä tuntuu, jotain musiikkiin ja kulttuuriin*



*liittyvää. Tiijän kyllä, et on vaikea lähtä liikkeelle, sellanen alottamisen vaikeus.”*

*”Vakituisen työpaikan haluisin, semmosen, jossa viihtyy. Oon aina joutunu elämään niin päiväkerrallaan. Sen takia vieläkin aina miettii päätöksiä. En halua hakee kouluun hakemisen vuoks, mut jos tän jälkeen jään työttömäks, niin salilla käymistä jatkan.”*

Vaikka haastatelluista kaikki eivät nähneetkään itseään välttämättä heti palkkatukityöjakson jälkeen työelämässä, jokaisen ajatukset olivat kuitenkin enemmän tai myöhemmin työelämään suuntaavat, päätoimisesti kotiin ei haluttu jäädä. Toiset suhtautuivat suunnitelmiin päämäärätietoisemmin. Yhtä vastaajaa lukuun ottamatta he omasivat työelämäkokemusta riittävästi, joten he peilasivat kokemaansa työttömyysaikaan työssäoloaikaan ja kokivat kuuluvansa työväestöön. Vaikka palkkatukioikeus on määräytynytkin pitkäaikaistyöttömyyden perusteella, vastaajat eivät kokeneet itseään pitkäaikaistyöttömäksi, vaikka toivat esiin syrjäytymisen uhkaa ja muita pitkäaikaistyöttömyyteen liitettäviä negatiivissävytteisiä seikkoja. Nämä tulevaisuuteen suuntaavat narratiivit olivat poikkeuksetta positiivissävytteisiä ja ilmensivät toiveikasta uteliaisuutta tulevaisuutta kohtaan. Tietyn varovaisuuden häivän saattoi joissakin kertomuksissa havaita: ei uskalla toivoa liikaa, jotta ei pety liikaa.

Projektin tuloksena näissä tulevaisuuden suunnitelmissa voidaan nähdä useamman haastateltavan motivoituminen omasta terveyskunnosta huolehtimiseen. Projektin aikana aloitettua liikuntaharrastusta tullaan jatkamaan vielä vuodenkin kuluttua ja painon pudottamisen tavoite elää edelleen. Päällimmäisenä tuloksena nousee esiin motivoituminen kohti työelämää. Työn merkitys näyttäytyy edelleen vahvasti toimeentulon, elämänhallinnan ja hyvinvoinnin lisääjänä.

Ryhmätoiminnoissa virinnyt vertaisuus ja kokemusten vaihto lienevät saaneen aikaan näköalojen laajentumisen oman toimijuuden suhteen. Avoimesti ryhmässä puhutut asiat ovat luoneet rohkeutta muihin ja herätelleen ajatuksia: ”jos tuo, niin kyllä minäkin”. Havainnot siitä, että ei ole omassa tilanteessaan yksin, vaan samankaltaisessa tilanteessa olevia voi olla ympärillä vaikka kuinka paljon, ovat tukeneet elämänhallinnan vahvistumista ja vahvistaneet omaa subjektiutta positiivisessa hengessä.

## 5.6 Tulosten tarkastelu

Työttömyysajan erilainen kokeminen tuli esiin asennoitumisessa työttömyyteen ja työttömänä olemista kohtaan. Vaikka keskusteluissa sivuttiin paljon myös muuta elämäntilannetta, kertomuksista kävi ilmi, että työelämällä on ollut ja on edelleen haastatelluille henkilöille suuri merkitys. Haastattelujen väliin jääneen puolen vuoden aikana haastatellut osallistuivat projektin toimenpiteisiin ja keräsivät kokemuksia niistä. Osa haastatelluista koki saamansa tuen merkittävänä sysäyksenä liikuntaharrastuksen aloittamiseen tai työ- tai opiskelupaikan hakuun, kaikkiin osallistujiin projektin toimenpiteet eivät vaikuttaneet juuri lainkaan. Kahdeksasta toiseen kertaan haastatellusta puolet arvioi projektin vastanneen omia odotuksia:

*”Tykkäsin ja vastas ihan miun odotuksia. Pääsin hyvin osallistumaan kaikkeen.”*

*”On ollu aina kiva lähteä, se on vaikuttanu joka tavalla, itsetuntoon jotenkin...”* *”Olis saanu olla viikottain enemmän.”*

Projektin yksilöllinen merkitys tulee esiin subjektiivisena kokemuksena. Henkilö, joka elää päivän kerrallaan suunnittelematta tulevaisuutta huomista pitemmälle, koska ei pidä sitä tärkeänä, kokee projektin hyötynä enemmänkin yhteisen tekemisen ja sen, että ei tarvitse koko työaika viettää työtehtävien parissa. Henkilö, joka haluaa tulevaisuudessa kiinnittyä nykyistä vahvemmin työmarkkinoille, on ottanut projektista kaiken saamansa irti ja hyödyntää sitä itseensä ja omia tavoitteitaan saavuttaakseen. Nämä henkilöt kokivat hyötyneensä projektista monella eri osa-alueella.

Yksilöllisen merkityksen voi havaita myös joidenkin henkilöiden kohdalla asiakaslähtöisessä ja konkreettisessa psykososiaalisessa tukemisessa, jossa huomiota on kiinnitetty mm. mielenterveyden tukemiseen. Projektihenkilöstön antama yksilöllinen tuki ja ohjaus ovat auttaneet löytämään uusia näkökulmia omaan tilanteeseen ja lisänneet kokemuksellista hyvinvointia. Hyvinvoinnin lisääntyessä myös yksilön toimintakyvyn voidaan arvioida kasvaneen:

*”X yllytti ja sano, että kyllähän sie pystyt (fyysisen kunnon kohotukseen), ja niinhän mie pystyin.”*

Projektin aikana tapahtunut ryhmätoiminta on tukenut henkilöiden sosiaalistumista, vaikka se ei sosiaalisia verkostoja yksityiselämän puolelle ole suoranaisesti laajentanut. Ryhmätoiminnoissa koettiin yhdessä tekeminen voimaannuttavaksi ja muiden tuki kannustavana. Ryhmätoiminta toimi omalla tavallaan vertaisryhmänä ja toiminnot koettiin yleisesti tarkoituksenmukaisiksi ja hyödyllisiksi.

*”Tosi huolellisesti järjestetty. Hyvin selitetään esimerkiksi kuntosalilla. Kun menee töihin, pitää olla hyvässä kunnossa.”*

*”Tänään oli ensiapua ja se oli mielenkiintoista.”*

Ryhmätoiminta lisäsi erityisesti yksin elävien henkilöiden toimijuutta ja valmiuksia osallistua yhteiseen tekemiseen, mutta erityisesti myös itseä koskevaan päätöksen tekoon. Aineiston perusteella voi todeta, että pitkäaikainen työttömyys on vähentänyt henkilöiden halukkuutta osallistua oma-aloitteisesti esimerkiksi yhteiskunnan tarjoamien palveluiden piiriin. Projektin myötä valmiudet ja kiinnostus palveluiden käyttöön, kuten uimahallin ja kirjastojen ovat lisääntyneet. Osallistuminen erilaisiin terveyskuntoa kohentaviin ryhmiin, niin luentoihin kuin liikuntaryhmiinkin on lisännyt henkilöiden aktiivisuutta omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen ja sen myötä kokenut myös mielialaa.

Projekti saa osakseen osallistujilta myös kritiikkiä. Työnteon ja ryhmien toteuttaminen koettiin ajoittain hankalaksi. Irrottautuminen työtehtävistä ja siirtyminen ryhmätoimintoihin osoittautui joskus vaikeaksi: *”meitä ei päästetty”*. Haastatellut toivat jonkin verran esiin sitä, että hanketta koettiin *”hoidettavan puolittain vasurilla”*. Kriittistä arviota annettiin myös yksilövalmennusta kohtaan, sitä olisi tarvittu annettua enemmän. Erityisesti työelämään tähtäävää valmennusta, jonka tavoitteena olisi ollut löytää palkkatuettu työ- tai työelämävalmennuspaikka avoimilla työmarkkinoilla. Aineistosta käy esiin halu yksilöllisempään ja omiin tarpeisiin suunniteltuun palveluun. Eräs haastatelluista totesi:

*”Sain kuvan, että tää johtaa jatkotyöllistymiseen, enkä tiennyt, että onkin pelkkää viihdykettä. Olikohan tää ohjelma ihan loppuun asti harkittu?”*

Fenomenologis-hermeneuttisen näkökulman antaman viitekehyksen mukaan tutkimusaineistoa tulkittaessa voi tehdä päätelmän, että työ määrittelee hyvin monen henkilön identiteettiä. Haastatellut kokevat työn antavan merkitystä ja sisältöä elämään ja vahvistavan yksilön kuulumista osaksi yhteisöjä. Projekti on onnistunut tukemaan useiden henkilöiden työ- ja toimintakyvyn edistämistä. Se on antanut onnistumisen kokemuksia oman terveyden kohentamisessa ja voimaannuttanut yksilöä omassa subjektiivisessa tilanteessaan vaikuttaen niin identiteettiin kuin toimijuuteenkin.

Tutkimusaineisto on vastannut tutkimuskysymyksiin. Työttömyyden kokemisen hallinta liittyy osaltaan siihen merkityskontekstiin, jossa totean kokemuksellisen hyvinvoinnin jossain määrin kohentuneen projektin tuloksena. Projektiin osallistuneet henkilöt ovat projektin menetelmien avulla saaneet keinoja hyvinvoinnin lisäämiseen sen kaikilla osa-alueilla ja työttömyyden kokemisen hallinnan voi arvioida sisältyvän näihin. Projektiin osallistuminen koettiin positiivisena, vaikka kaikki osallistujat eivät tutkimuksen aikana projektin avulla saavuttaneetkaan niin konkreettisia tuloksia, kuin olivat ehkä odottaneet. Koska projektia toteutetaan asiakkaiden työaikana, on rajattava ohjaukseen käytettävä aika sellaiseksi, että se palvelee myös työnantajan tavoitteita, toisin sanoen ryhmätoimintaa ei tästä syystä voi järjestää useita kertoja viikossa.

Projektin kolmantena tavoitteena olleen merkityksellisen jatkopolun löytäminen ei toteutunut suunnitellulla tavalla, koska tutkimusaineiston mukaan valmennusta sen suuntaisesti ei saatu riittävästi vaan sitä olisi haluttu enemmän. Projektin kehittämis-kohteeksi voikin mainita entistä yksilöllisemmän palvelun. Asiakkaan ohjautuessa projektiin alkuvaiheessa voisi enemmän kiinnittää huomiota yksilölliseen ohjaukseen ja laatia jopa henkilökohtaista suunnitelmaa projektin ajalle.

Vaikka projektiin osallistuminen on vahvistanut joidenkin haastateltujen elämänhallinnan ja itsestä huolehtimiseen ja terveystunnon ylläpitämiseen liittyviä valmiuksia, jää kuitenkin jonkin verran avoimeksi se, miten he ovat jatkossa valmiita tai valmiimpia itsenäiseen työnhakuun ja oman tien löytämiseen avoimille työmarkkinoille. Monet heistä arvioivat oman toimintansa jatkossa epävarmaksi, puhuttiin aloittamisen vaikeudesta ja vaikeudesta lähteä liikkeelle. Projektin kannalta on myös tarkasteltava syitä, miksi osallistuminen ei hyödyttänyt kaikkia.

Sairastavuutta tai heikkoa terveyttä ei voida tämän tutkimuksen tuloksena todentaa kohderyhmälle. Haastatellut eivät tuoneet esiin, että he olisivat kokeneet edes heiken-

tynyttä terveyttä pitkittyneen työttömyyden seurauksena. Heikon fyysisen kunnon tunnisti useampi haastateltava, ja he kokivat sen johtuvan siitä, että kotoa lähteminen oli vaikeutunut ja näin fyysisen kunnon ylläpitämiseen suhtauduttiin välinpitämättömästi.

Suhteessa aiempiin vastaavanlaiselle kohderyhmälle suunnattuihin tutkimuksiin, kuten esimerkiksi Tepsan tutkimus ”Työ ja työttömyys työllistymishankkeen asiakkaiden kokemuksissa” tai Leinosen tutkimus ”Aikaa olis, rahaa ei”, tutkimustulokseni on samansuuntainen. Työ näyttäytyy tärkeänä ja merkityksiä antavana. Työtä pidetään osana normaalia elämää. Työttömyys puolestaan koetaan hallitsevana ja elämisen tarpeita rajoittavana, niin taloudellisesta kuin sosiaalisestakin näkökulmasta. Heikko työmarkkina-asema jopa altistaa mielenterveyden ongelmiin ja muuhun sairastavuuteen. Työttömyyden hyvät puolet tulevat esiin erityisesti aktiivisimmilla henkilöillä, joille työttömyys ei ollut vielä muodostunut negatiiviseksi kokemukseksi.

Taulukkoon 3 on koostettu haastateltujen kokemus projektin vaikutuksista omaan työkykyyn ja sen edistämiseen. Vasempaan sarakkeeseen on kirjattu henkilön oma kokemus työttömyyden vaikutuksesta toimintakykyyn ja elämänhallintaan. Oikean puoleiseen sarakkeeseen on koottu haastateltujen kokemus projektin vaikutuksista omaan työkykyyn. Symbolit 0, + ja ++ kertovat vaikutuksen määrän. Tuloksella 0 ei ole koettu saavutettavan mitään henkilökohtaista hyötyä projektin tuloksena. Tulos 0 on kirjattu myös niille henkilöille, joilta puuttuu toinen haastattelu. Tulos + merkitsee hyötyä olleen jonkin verran, kuten sosiaalisten taitojen kehittyminen. Tuloksessa ++ projektin hyöty on ollut huomattavaa, kuten merkityttävä itsetunnon koheneminen, aktiivinen itsenäinen työnhaku.

Taulukko 3. Työttömyyden kokeminen projektin alussa ja projektin vaikutus koettuun työkykyyn

<b>Työttömyyden kokeminen</b> (projektin alussa)	<b>Projektin vaikutus koettuun hyvinvointiin ja työkykyyn</b>
Työttömyys passivoi	++
Ei negat. kokemusta	0
Ei negat. kokemusta	0
Työttömyys passivoi	0
Ei negat. kokemusta	+
Sopeutuminen työttömyyteen	++
Työttömyys passivoi	0
Sopeutuminen työttömyyteen	+
Ei negat. kokemusta	0
Työttömyys passivoi	0

Projektin tuloksia arvioitaessa on syytä muistaa, että alueen työllisyystilanne on yksi maan heikoimpia. Vaikka projektin eräänä tavoitteena onkin saada 40 % asiakkaista sijoittumaan jatkosuunnitelmana avoimille työmarkkinoille, työllistymisen haasteellisuus liittyy olennaisesti alueen työllisyystilanteeseen. Vaikka projektiin osallistuneiden työkyvyn ja työelämävalmiuksien voidaan arvioida kohentuneen projektin menetelmien avulla, eivät ne vielä kuitenkaan välttämättä riitä työn saamiseksi.

Yleinen merkitys projektin tuloksista tuo esiin argumentin erityisesti työhallinnolle. Pitkäaikaistyöttömän työllistämiseen liittyy usein monia haasteita, jotka liittyvät henkilön työkykyyn sen kaikessa laajuudessaan. Työllisyysongelman vaikeutuessa kilpailu työmarkkinoilla kovenee ja huonoimmassa asemassa ovat pisimpään työttömänä olleet henkilöt, joilta työidentiteetti on jo murentunut ja sen myötä kyky työelämän haasteissa selviytymiseen. Tällaisen pitkäaikaistyöttömän työllistäminen avoimille työmarkkinoille ilman riittäviä tukitoimia voi pahimmillaan saada aikaan entistä suuremmat ongelmat henkilön elämässä. Myös tulevaisuudessa tullaan tarvitsemaan erilaisia interventioita ennen työllistymistä tai työllisyysjakson aikana mm. vastaavien

projektien muodossa, joiden menetelmin tuetaan henkilöiden toimijuutta ja voimaantumista työn tekemiseen. Asiakaslähtöisyys on usein palveluntuottajan näkökulmasta johdettua, eikä kohtaa asiakkaiden todellisia toiveita. Asiakkaan näkökulman kuuleminen ja huomioiminen palvelukokonaisuuksia rakennettaessa saattaisi johtaa tuloksellisempaan toimenpiteeseen, johon osallistumista ei koettaisi pakkona vaan siihen motivoituttaisiin.

Aineiston perusteella voi projektin kehittämiskohteeksi arvioida yksilöohjauksen kehittämisen ja lisäämisen. Haastatellut toivat esiin erityisesti tarvetta työelämään liittyvien, ammatinvalintaan ja opiskeluun liittyvien valmiuksien tukemiseen. He arvioivat, että heillä ei ole riittävästi tietoa erilaisista opiskeluvaihtoehtoista tai heitä kiinnostivat erilaiset ammatit, joista heillä ei ollut itsellään kokemusta, ja he toivoivatkin projektin avulla saavaan laajennettua näkemystä siitä, minkälaiseen työhön voisi jatkossa soveltua.

## 6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Useat laadullisen tutkimuksen muodot määrittävät sitä, miten luotettavuustarkastelua käytetään tutkimuksen arvioinnissa. Narratiivisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa voidaan painottaa esim. haastateltavien äänen kuulumista tutkimuksessa. Kyse onkin lähinnä siitä, miten totuus ymmärretään. Tällaisen tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa onkin huomioitava tutkimusmenetelmän subjektiivinen ja henkilökohtaiseen kokemukseen nojaava näkökulma. Tästä syystä Aaltion ja Puusan (2011, 162–163) mukaan yleistettävyys, reliabiliteetti ja valideetti eivät olekaan ensisijaisia, vaan merkityksellistä on se, kuinka saatu tieto ymmärretään. Narratiivisen tutkimuksen käsitteellä viitataan sosiaalitieteissä sellaiseen laadulliseen tutkimukseen, jonka kohteena ovat ihmisten omat kertomukset omasta elämästään tai jostakin sen vaiheesta. Ominaista tällaiselle tutkimukselle on haastattelu- ja kirjoitustekstien analysointi ilmentämästään näkökulmasta. (Hänninen 2008, 122.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuus syntyy tutkimuksen aikana ja se näyttäytyy erilaisena tutkimuksen eri vaiheissa. Aluksi tutkijalla on olemassa omakohtaiseen tietoon ja kokemukseen perustuva esiyymmärrys tutkimastaan aiheesta. Ennakkokäsitykset voivat toimia tutkimuksen eduksi siinä mielessä, että tutkimuskonteksti on ennalta tuttu. Aaltio ja Puusa (2011, 158–160) esittävät, että varsinkin teemahaastattelun tyyppisesti kerätty ja narratiivinen haastatteluaineisto on näkökulmaista ja tutkijan tuotta-

maa. Siksi se ei kuvaisi autenttisesti henkilöiden kuvaamia merkityksiä. Laadullisen tutkimuksen lopullisessa tuloksessa tutkija ratkaisee sen, mikä on tutkittavan ilmiön tarina ja mitä siitä tutkimustuloksessa kerrotaan. Tästä syystä Kiviniemi (2010, 80–81) pitääkin laadullista tutkimusta luonteeltaan tulkinnallisena.

Poutanen (2012) esittää ymmärtämisen laadullisen tutkimuksen peruskäsitteeksi. Sillä voidaan tarkoittaa ihmistä koskevan fyysisen tai psyykkisen tosiasian tai tilan ymmärtämistä, ihmisen toiminnan perustelujen tai sosiaalisen toiminnan kokonaisvaltaista ymmärtämistä. Kiviniemen (2010, 83) mukaan tutkimusraportti ja tässä tapauksessa opinnäytetyö on oma tulkinnallinen rakennelmansa, jossa sen tekijänä olen tulkintojen tekijä. Tässä valossa tulkinta voi aina olla vajavainen ja yksipuolinen näkemys tutkittavasta ilmiöstä. Analysointivaiheessa havaitsin sen, että olisin voinut tarkentaa haastatteluvilto joitakin esiinnousseita seikkoja. Näin toimien olisin mahdollisesti voinut syventää edelleen joitakin teema-alueita ja niiden käsittelyä. Tässä opinnäytetyöprosessissa on nyt pyritty mahdollisimman johdonmukaiseen käsitykseen omasta tulkinnasta sekä perusteista, joiden pohjalta tuloksiin on päästy.

Olen tuonut esiin yksityiskohtaisia esimerkkejä tutkimusaineistosta tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi ja jotta lukija saa vaikutelman siitä, millaisia asioita olen merkityskokonaisuuksiin koonnut. Kaikki nämä kokonaisuudet liittyvät vahvasti toisiinsa. Projektin ansioksi voidaan arvioida yksilöllinen voimaantuminen ja kokemuksellisen hyvinvoinnin lisääntyminen. Muun muassa näiden ansioiden avulla voidaan luotettavammin ymmärtää sitä, että yksilö tarvitsee merkityksellistä tekemistä päiviinsä ja erityisesti työtä, joka osaltaan paremmin määrittelee identiteettiä, vahvistaa yksilön osallisuutta ja toimijuutta sekä vaikuttaa myönteisesti toimintakykyyn ja hyvinvointiin. Haastattelujen tarinat tuovat esiin, että vaikeastakin tilanteesta voi kehittyä riittävän tasapainoinen, hyvinvointia tuottava tila.

## 7 POHDINTA

Sosiaali- ja terveyspalveluiden avulla osataan ja voidaan tuottaa sellaista ennalta ehkäisevää toimintaa, joka aktivoi syrjäytyvää henkilöä. Se on yhteiskunnallisesti kustannustehokasta toimintaa silloin, kun sen avulla saadaan syrjäytyvät henkilöt oikeaan aikaan aktivoitua oman elämänsä hallintaan ja osallistumaan kodin ulkopuoliseen toimintaan. Pitkäaikaistyöttömän tilanne jää usein paikoilleen, kun hän on riittävän kauan työ- ja elinkeinotoimiston asiakkaana. Uudenlaista palvelua tarvitaan peruspalve-



luiden lisäksi ja niitä täydentämään. Haasteena onkin löytää sellaiset menetelmät, joilla kannustetaan pitkäaikaistyötöntä aktivoitumaan. Tämän tutkimuksen myötä voi havaita, että palveluilta odotetaan niiden vastaamista hyvinkin erilaisiin tarpeisiin. Ryhmälle suunnatut toimenpiteet eivät useinkaan palvele sellaisenaan kaikkia. Tässä tutkimuskohteena olleen projektin käynnistämisiongelmiin vaikutti sen alkuvaiheessa ilmennyt asiakasohjautumisen heikkous. Ryhmätoimintojen käynnistämiseen vaikuttivat ryhmän pienuus ja työyksiköstä irrottautumiseen liittyvät tekijät. Toimenpiteiden tarkoituksenmukaisuuden kannalta hyödyt voisivat nousta suuremmiksi, jos yksilöllisyyden huomioiminen toiminnoissa saisi suuremman huomion.

Paikallisten käytäntöjen tiedostaminen ja hyväksyminen osaksi palvelujärjestelmää tukee niiden käytön yleistymistä. Paikallinen yhteinen toimijuus on kuitenkin vaativa prosessi. Työllistämispalveluiden toimialalla haetaan uusia palvelutuotteita ja kehittämishankkeita palvelutarjonnan lisäämiseksi. Työ- ja elinkeinoministeriö on esittänyt, että terveyspalveluiden ja ammatillisen kuntoutuksen lisäksi kuntouttavalla ja motivoivalla sosiaalityöllä on merkittävä osuus pitkäaikaistyöttömän asiakkaan työelämään kuntouttamisessa. Esiin nousee väistämättä jälleen ajatus yksilön subjektiivisuudesta ja itsemääräämisoikeudesta. Voikin pohtia, tuleeko asiakas kuulluksi silloin, kun hänelle järjestellään työvoimapoliittisia interventioita työttömyysajan katkaisemiseksi.

Tulisiko palvelujärjestelmän joissakin tapauksissa perustuakin velvoitteisiin, kuten esimerkiksi nuorten kohdalla, jossa alle 25 -vuotiaat kouluttamattomat nuoret veloitetaan hakemaan yhteishaussa vähintään kolmeen ja vuoden 2013 voimaantulleen lakimuutoksen myötä kahteen koulutuspaikkaan työmarkkinatuen saamisen edellytyksenä. Tämän veloitteen johdosta työharjoittelupaikkojen määrää sekä nuorille suunnattua koulutusta on lisätty. Joidenkin nuorten keskuudessa velvoite on koettu alistamisena ja subjektiivisuuteen puuttumisena ja se on aiheuttanut arvostelua työvoimahallintoa kohtaan. Oman työkokemukseni perusteella arvioin, että tässä ryhmässä on sellaisia nuoria, jotka eivät halua kiinnittyä vahvasti työelämään, vaan tekevät mieluummin pätkätöitä. Joukkoon mahtuu myös sellaisia nuoria, joiden ammatillinen suuntautuminen on epäselvä. Erityisesti tälle ryhmälle tulisikin mahdollistaa riittävästi mainittuja työharjoitteluja ja muita palveluita, jotka selkiyttäisivät ammatillisia suunnitelmia. Epäonnistunut ja väärin suunniteltu työkokeilu voi pahimmillaan johtaa negatiiviseen suhtautumiseen työelämää kohtaan ja saada aikaan laaja-alaisia ongelmia

nuoren elämässä ja sen hallinnassa. Valtaosa ihmisistä kokee työn osaksi normaalia elämää. Nuorten kohdalla tämä syrjäytymisen ja työttömyyden ennalta ehkäisy ja työelämään suuntaaminen ja motivoiminen työkokeilujen avulla ovat tärkeitä tulevaisuuden suunnan määrittämiseksi ja työelämätaitojen juurruttamiseksi.

Tässä opinnäytteessä päädyn muihin tutkimuksiin nojaten näkemykseen ihmisestä psyko-fyysis-sosiaalisena kokonaisuutena. Nämä osa-alueet tarvitsevat ja vahvistavat toinen toisiaan. Riittävä toimintakyky näillä kaikilla alueilla tekee yksilöstä sellaisen toimijan, joka kykenee suoriutumaan ja selviytymään tämän päivän työmarkkinoilla. Erilaiset tukitoimet vahvistavat työttömän elämänhallintaa ja tukevat työnhakuprosessia. Työmarkkinoilla käydään kovaa kilpailua työpaikoista, sillä maamme työttömyysaste marraskuussa 2012 oli 7,3 %. Luku oli noussut edellisvuodesta 1 %:n. Tukityöllistäminen päättää työttömyyden joksikin aikaa, mutta se ei kuitenkaan ole tae pysyvämpään työelämään kiinnittymiseen, vaikka monet haastattelemi henkilöt sitä toivoivat. Palkkatuettutyö ja siitä saadut kokemukset ovat antaneet onnistumisen kokemuksia luottaa omiin taitoihin ja voimavaroihin. Se ei ole ollut vielä riittävää siihen tarpeeseen, että tulevaisuuteen suhtauduttaisiin luottavammin ja päämäärätietoisemmin. Vastaavanlaiset projektit ja muut kokemuksellisen hyvinvoinnin ja työkyvyn kehittäjinä ja lisääjinä antavat oikea-aikaisina ja oikein suunnattuina vauhtia kohti avoimia työmarkkinoita.

## LÄHTEET

Aaltio, I. & Puusa, A. 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Menetelmäviidakon raivaajat. Hansaprint.

Böckeman, P. & Ilmakunnas, P. 2005. Työttömien itsensä kokema hyvinvointi. Teoksessa: Hämäläinen, K., Taimio, H. & Uusitalo, R. (toim.) Työttömyys – taloustieteellisiä puheenvuoroja. Helsinki: Edita Prima Oy.

Claussen, B. 1999. Scandinavian Journal of Public Health 06/16/99, Vol. 27 issue 2. Health and re-employment in a five-year follow-up of long-term unemployment. Saatavissa:

<http://web.ebscohost.com.xhalaxng.kyamk.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&hid=8&sid=aaad3543-4e58-45db-8261-78467f5140cc%40sessionmgr14>. [Viitattu 10.8.2012].

Eskola, J. & Suoranta, J. 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 3. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Eskola, J. & Vastamäki, J. 2001. Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Gould, R., Ilmarinen, J., Järvisalo, J. & Koskinen, S. 2006. Työkyvyn ulottuvuudet - yhteenveto ja päätelmät. Teoksessa: Gould, R., Ilmarinen, J., Järvisalo, J. & Koskinen, S. (toim.) 2006. Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 –tutkimuksen tuloksia. Saatavissa:

[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78368/tyokyvyn\\_ulottuvuudet\\_7.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78368/tyokyvyn_ulottuvuudet_7.pdf?sequence=1). [Viitattu 8.10.2012].

Heikkinen, H. 2001. Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Heponiemi, T., Wahlström, M., Elovainio, M., Sinervo, T., Aalto, A-M. & Keskimäki, I. 2008. Katsaus työttömyyden ja terveyden välisiin yhteyksiin. Työ- ja elinkeinomi-

nisteriön julkaisuja, Työ ja yrittäjyys, 14/2008. Saatavissa:

[http://www.tem.fi/files/19508/temjul\\_14\\_2008\\_tyo\\_ja\\_yrittajyys.pdf](http://www.tem.fi/files/19508/temjul_14_2008_tyo_ja_yrittajyys.pdf). [Viitattu 15.7.2012 ja 27.2.2013].

Hirsjärvi, S. 2000. Aineiston hankinnan suunnittelu. Teoksessa: Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 6., uudistettu laitos. Vantaa: Tummavuoren Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S. 2004. Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätökset. Teoksessa: Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 10., osin uudistettu laitos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.

Hänninen, V. 2003. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.

Hänninen, V. 2008. Narratiivisen tutkimuksen haasteet. Teoksessa: Pietilä, A-M. & Länsimies-Antikainen, H. (toim.) Etiikkaa monitieteisesti – pohdintaa ja kysymyksiä. Kuopion Yliopiston julkaisuja F Yliopistotiedot 45. Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-951-27-0130-8/urn\\_isbn\\_978-951-27-0130-8.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-951-27-0130-8/urn_isbn_978-951-27-0130-8.pdf). [Viitattu 4.7.2012].

Hänninen, V. 2010. Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Juhila, K. 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Järvikoski, A. 1996. Sisäinen elämänhallinta ja sosiaaliset paineet. Teoksessa: Raitasalo, R. (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kelan omatarvepaino.

Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet. 5., uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Kauppinen, T. M., Saikku, P. & Kokko, R-L. 2010. Työttömyys ja huono-osaisuuden kasautuminen. Teoksessa: Vaarama, M., Moisio, P. & Karvonen, S. (toim.) Suomalaisen hyvinvointi 2010. Saatavissa: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/8cec7cec-5cf3-4209-ba7a-0334ecdb6e1d>. [Viitattu 28.12.2012].

Kiviniemi, K. 2010. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Kohonen, E. 2011. Narratiivisuus – vähän hyödynnetty lähestymistapa kauppatieteellisessä tutkimuksessa. Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Vantaa: Hansaprint.

Kortteinen, M. & Tuomikoski, H. 1998. Työtön. Tutkimus pitkäaikaistyöttömien selviytymisestä. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Laine, T. 2010. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. 3. uudistettu ja täydennetty painos. Juva: WS Bookwell Oy.

Laki julkisesta työvoimapalvelusta 30.12.2002/1295.

Leinonen, N. 2010. ”Aikaa olis, rahaa ei”. Pro Gradu tutkielma työttömyyden kokemuksista. Saatavissa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20100114/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20100114.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20100114/urn_nbn_fi_uef-20100114.pdf). [Viitattu 8.10.2012].

Lähteenmaa, J. 2010. Nuoret työttömät ja taistelu toimijuudesta. Työpoliittinen aikauskirja 4/2010. Saatavissa: <http://www.tem.fi/files/28609/Lahteenmaa.pdf>. [Viitattu 28.12.2012].

Mahlakaarto, S. 2008. Subjektiksi työssä. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/24957/9789513939922.pdf?sequence=1>. [Viitattu 4.8.2012].

Matkaopas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveystalvelujen kehittämiseen. Saatavissa: [www.tekes.fi/fi/document/49804/matkaopas.pdf](http://www.tekes.fi/fi/document/49804/matkaopas.pdf). [Viitattu 15.10.2012].

Menetelmäopetuksen tietovaranto – KvaliMOTV. Analyysi ja tulkinta. Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7.html>. [Viitattu 23.2.2013].

Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. 3., uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Niemelä, P. 2009. Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa: Mäntysaari, M., Pohjola, A. & Pösö, T. (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Juva: WS Bookwell Oy.

Nikkanen, P. 2006. Oon vahvempi kuin ennen. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Ollikainen, A.-M. 2008. Marginaalin marginaalissa? Saatavissa: [www.vates.fi/Kirjat->Marginaali teos.pdf](http://www.vates.fi/Kirjat->Marginaali%20teos.pdf). [Viitattu 27.2.2013].

Pensola, T., Järvikoski, A. & Järvisalo, J. 2006. Työttömyyden ja muiden syrjäytymisriskien yhteys työkykyyn. Teoksessa Gould, R., Ilmarinen, J., Järvisalo, J. & Koskinen, S. (toim.) 2006. Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 –tutkimuksen tuloksia. Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78368/tyokyvyn\\_ulottuvuudet\\_7.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78368/tyokyvyn_ulottuvuudet_7.pdf?sequence=1). [Viitattu 8.10.2012].

Poutanen, V.-M. 2000. Elämänhallintaa ilman työtä. Väitöskirjan tiivistelmä. Saatavissa: <http://wanda.uef.fi/ukuvaitokset/vaitokset/2000/tiedotteet/vmpoutanen.htm.html>. [viitattu 28.2.2013].

Poutanen, V.-M. 2012. Laadullisten menetelmien perusteet 13. – 14.1.2012. Luento. Kouvola: Kymenlaakson Kesäyliopisto.

Puusa, A. 2011. Haastattelu laadullisen tutkimuksen menetelmänä. Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Vantaa: Hansaprint.

Puusa, A. 2011. Laadullisen aineiston analysointi. Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Vantaa: Hansaprint.

Puusa, A. & Juuti, P. Mitä laadullinen tutkimus on? Teoksessa: Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Vantaa: Hansaprint.

Raijas, A. 2008. Arjen hyvinvointi ja mahdollisuudet sen mittaamiseen. Työselosteita ja esitelmiä 110. Kuluttajatutkimuskeskus. Saatavissa: [http://www.ncrc.fi/files/5157/2008\\_110\\_tyoseloste\\_hyvinvointi.pdf](http://www.ncrc.fi/files/5157/2008_110_tyoseloste_hyvinvointi.pdf). [Viitattu 28.12.2012].

Riihinen, O. 1996. Elämänhallinta-käsitteen erittelyä ja ongelmia. Teoksessa: Raitasalo, R. (toim.) Elämänhallintaa etsimässä. Helsinki: Kelan omatarvepaino.

Robson, C. 2001. Käytännön arvioinnin perusteet. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Saikku, P. 2009. Terveyspalvelu työllistymisen tukena. Pitkäaikaistyöttömien terveys-tarkastukset ja –palvelut siirtymätyömarkkinoilla. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, raportti 22/2009. Saatavissa: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/0b1c0c86-edd3-4e4b-b3cd-d1492b5a6830>. [Viitattu 15.8.2012].

Saarni, S. I., & Pirkola, S. 2010. Psykiatristen potilaiden elämänlaatu. Duodecim 2010; 126. Saatavissa: <http://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo99105.pdf>. [Viitattu 1.9.2012].

Sihto, M. 2010. Tutkimus elämänhallinnasta ja työllistymisestä. Työpoliittinen aika-kauskirja 2/2010. Saatavissa: <http://www.tem.fi/files/27128/sihto.pdf>. [Viitattu 28.12.2012].

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Saatavissa: <http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>. [Viitattu 21.8.2012].

Sosiaalisen työllistämisen barometri 2012. Saatavissa: <http://www.vates.fi/Raportit>. [Viitattu 6.4.2013].

Tapaninen, A. 2000. Työttömyys ja ohjaus. Teoksessa: Onnismaa, J., Pasanen, H. & Spangar, T. (toim.) Ohjaus ammattina ja tieteenalana 2. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Tepsa, M. 2012. Työ ja työttömyys työllistymishankkeen asiakkaiden kokemuksissa. Pro gradu –tutkielma. Saatavissa: <http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/77133/Tepsa.Mervi.pdf?sequence=1>. [Viitattu 27.2.2013].

Terveyskunnan edistäminen ja työkyvyn kartoittaminen ja kuntouttaminen. Projektisuunnitelma (2012 – 2014). Sotek-säätiö.

Terävä, E., Virtanen, P., Uusikylä, P. & Köppä, L. 2011. Vaikeasti työllistyvien tilannetta ja palveluita selvittävä tutkimus. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisu 23/2011. Saatavissa: [ww.tem.fi/files/29948/TEM\\_23\\_2011\\_netti.pdf](http://www.tem.fi/files/29948/TEM_23_2011_netti.pdf). [Viitattu 11.9.2012].

Tuomi, J. 2009. Tutki ja lue. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Työttömät työhakijat. Työ- ja elinkeinoministeriö. Saatavissa: <http://www.tem.fi/index.phtml?s=2622>. [Viitattu 28.9.2012].

Työvoima 2025. 2007. Työpoliittinen tutkimus. Saatavissa: [http://www.mol.fi/mol/fi/99\\_pdf/fi/06\\_tyoministerio/06\\_julkaisut/06\\_tutkimus/tpt325.pdf](http://www.mol.fi/mol/fi/99_pdf/fi/06_tyoministerio/06_julkaisut/06_tutkimus/tpt325.pdf). [Viitattu 27.2.2013].

Vaarama, M., Siljander, E., Luoma, M-L. & Meriläinen, S. 2010. Suomalaisten kokemus elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa: Vaarama, M., Moisio, P. & Karvonen, S. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2010. Saatavissa: <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/8cec7cec-5cf3-4209-ba7a-0334ecdb6e1d>. [Viitattu 28.12.2012].

Vansteenkiste, M., Lens, W., De Witte, S., De Witte, H. & Deci, E. L. The 'why' and 'why not' of job search behaviour: Their relation to searching, unemployment experience, and well-being. European Journal of Social Psychology. Saatavissa: <http://web.ebscohost.com.xhalaxng.kyamk.fi:2048/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&hid=19&sid=e12527ca-fbe1-49d6-9303-2080400dec09%40sessionmgr15>. [Viitattu 30.9.2012].

Varto, J. 1996. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Vähätalo, K. 1998. Työttömyys ja suomalainen yhteiskunta. Tampere: Tammer-Paino.



sukupuoli: \_\_\_\_\_ nainen \_\_\_\_\_ mies

Aloittanut Sotek-säätiöllä: \_\_\_\_\_

Palkkatukijakson kesto: \_\_\_\_\_

1) Mitä teit ennen palkkatukijaksoa Sotek-säätiöllä?

- työttömyyden kesto?
- kokemus työttömyydestä?

2) Mitä ajattelet tulevasta projektista?

- a) toiveita
- b) epäilyksiä
- c) tavoitteita
- d) minkä asioiden haluaisit muuttuvan itsessäsi/elämässäsi projektin myötä

3) Mikä motivoi osallistumaan?

4) Tulevaisuuden haaveilu

Päätöshaastattelu

Liite 2.

sukupuoli: \_\_\_\_\_ nainen \_\_\_\_\_ mies

Palkkatukijakson kesto: \_\_\_\_\_

1) Mitä ajattelet menneestä projektista?

a) vastasiko odotuksia/toiveita

b) mitä tavoitteita saavutit

c) mitä jäi puuttumaan

d) muuttuiko ajatuksesi työttömyyden hallinnasta ja toimintakyvystä

2) Mahdollinen jatkosuunnitelma

3) Tulevaisuuden haaveilu